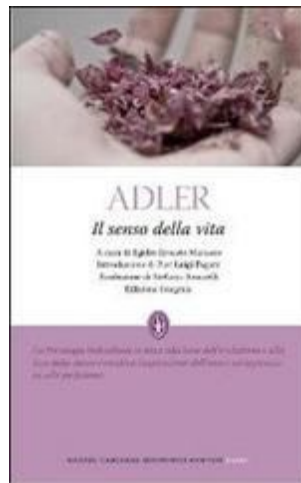


Alfred Adler
IL SENSO DELLA VITA



Quest'opera è un compendio di tutta la teoria individual-psicologica di Adler: indispensabile supporto, dunque, per chi già la conosce e accattivante "invito" per chi non l'ha ancora scoperta. Emerge da queste pagine il grande merito della riflessione adleriana: l'aver colto che il dramma perenne dell'essere umano è nel contrasto inevitabile tra l'ideale dello spirito - e dunque l'aspirazione alla superiorità, alla perfezione - e la consapevolezza della fragilità del proprio corpo. Ma Adler non si limita a esporre i fenomeni, a spiegarne le cause e a delinearne le finalità: egli propone anche una serie di criteri che aiutano a comprenderne i processi intuitivi e interpretativi. Introduzione di Pier Luigi Pagani.



Collana



Titolo originale:
Der Sinn Des Lebens

Traduzione di Stefania Bonarelli

Prima edizione ebook: gennaio 2012
© 1997 Newton & Compton editori s.r.l.
Roma, Casella postale 6214

ISBN 978-88-541-3825-4

www.newtoncompton.com

Alfred Adler

Il senso della vita

Introduzione di Pier Luigi Pagani

A cura di Egidio Ernesto Marasco

Traduzione di Stefania Bonarelli

Edizione integrale
Newton Compton editori

In questa seconda edizione dell'ultima opera di Adler, in cui Egli sintetizza la sua Psicologia Individuale e la sua visione del mondo, abbiamo cercato di rendere in modo più chiaro e fedele il suo pensiero rivedendo in alcuni punti il testo della precedente edizione italiana del 1997 ed aggiungendo qualche nota e l'indice analitico. Speriamo così di aver reso più facili la consultazione e lo studio.

Abbiamo ritenuto, invece, che le appendici, presenti nella prima edizione e dirette in modo specifico a psicoanalisti, psicologi e pedagogisti, debbano essere accorpate nei libri che Adler ha dedicato alla tecnica analitica ed alla pedagogia terapeutica. Leggendo ..., così, nessuno avrà la tentazione di improvvisarsi psicoterapeuta e sarà più chiaro che questa esposizione dei fondamenti della Psicologia Individuale è destinata al confronto con i principi generali di altre teorie psicotroniche e filosofiche e con il senso che ognuno di noi dà alla vita.

Egidio Ernesto Marasco

Milano, 18 ottobre 2011

Introduzione

Der Sinn des Lebens, Il senso della vita, è l'ultimo libro scritto da Alfred Adler prima della sua morte, avvenuta per una crisi coronarica il 28 maggio 1937 in una via di Aberdeen in Scozia, dove si era recato, già sofferente di cuore, nel corso di un faticoso ciclo di conferenze, contravvenendo, com'era nel suo carattere, il parere dei medici. Pubblicato a Vienna nel 1933 dall'editore Dr. Rolf Passer e diffuso contemporaneamente anche in Germania, attraverso la filiale che la casa editrice possedeva a Lipsia, Il senso della vita fece in tempo a farsi conoscere nei paesi di lingua tedesca, prima che il regime hitleriano ne impedisse la divulgazione, a causa dell'appartenenza del suo Autore alla «razza» ebraica, e di lì a propagare in tutto il mondo il pensiero adleriano più meditato.

Già qualche anno prima dell'uscita de Il senso della vita, Adler aveva compiuto dei viaggi, divenuti via via sempre più frequenti, negli Stati Uniti, paese nel quale si trasferirà poi definitivamente con tutta la famiglia nel 1934 a causa dell'incombente minaccia nazista, ma anche perché in quel giovane paese, aperto all'innovazione e alla sperimentazione, egli aveva trovato un terreno molto più sensibile allo sviluppo del suo pensiero, improntato sia alla dinamicità che al pragmatismo, di quello che avrebbe potuto reperire nel vecchio continente. Ma, soprattutto, perché negli Stati Uniti gli era stata offerta la possibilità di dedicarsi all'insegnamento universitario, opportunità che, invece, gli era sempre stata negata in patria.

Quando Il senso della vita vide la luce, Alfred Adler aveva già ottenuto da qualche tempo la carica di Professore al Long Island Medical College di New York.

La Psicologia Individuale di Alfred Adler

La Psicologia Individuale di Adler costituisce uno dei tre filoni storici della psicologia del profondo, a fianco della Psicoanalisi di Freud e della Psicologia Analitica di Jung, ma essa va soprattutto ricordata dal punto di vista storico, come l'antesignana di tutte le Scuole a indirizzo socio-culturale della psicologia dinamica. Essa, infatti, è stata la prima Scuola a porsi l'obiettivo di studiare l'uomo non come soggetto isolato, ma come membro attivo della comunità in cui è inserito. Il principio fondamentale della psicologia adleriana «non è possibile esaminare un essere umano in condizioni di isolamento, ma solo all'interno del suo contesto sociale» ha costituito il cardine maestro su cui si è retta e si regge tutta la dottrina individualpsicologica della personalità.

Il termine «individuale», che contraddistingue l'indirizzo adleriano, non deve trarre in inganno. Infatti, questo tipo di locuzione è imputabile solo all'omissione, già da tempo divenuta consuetudine, della qualifica di «comparata», che in origine caratterizzava la Scuola: Psicologia Individuale Comparata. Tale definizione aveva l'intento di esprimere il concetto di un'individualità psichica unica e irripetibile, destinata, per legge dell'evoluzione e, quindi, per necessità di sopravvivenza, a essere parte integrante di raggruppamenti sociali formati anch'essi da unità psichiche uniche e irripetibili.

Il pensiero di Adler ha sottilmente permeato di sé, oltre che le varie correnti della psicologia dinamica, anche il linguaggio comune. Chi, almeno qualche volta, senza conoscerne la provenienza, non ha avuto modo di usare termini quali «sentimento d'inferiorità», «complesso d'inferiorità», «complesso di superiorità», «stile di vita», «protesta virile»?

Adler scorse nell'essere umano due istanze fondamentali, che, superando il concetto di pulsione, mirano a disciplinare le spinte istintuali e a regolamentare le attività coscienti dell'individuo: la Volontà di potenza e il Sentimento sociale. La prima è un'energia innata, diretta a indirizzare l'individuo, sia a livello conscio che inconscio, verso mete di innalzamento, di affermazione, di

competizione o, almeno, come condizione minima basilare, di autoprotezione ai fini della sopravvivenza. Il secondo, cioè il Sentimento sociale, è invece un bisogno, una necessità naturale dell'uomo di contribuire, collaborando, al benessere comune e di partecipare emotivamente con i propri simili. Le richieste avanzate dalla Volontà di potenza e dal Sentimento sociale sono appagate dall'individuo mediante una riflessione di questo genere: «il mondo è così... io sono fatto così... perciò...». L'esito che egli ne ricava stabilirà i confini entro cui gli sarà consentito di strutturare e di organizzare il proprio Stile di vita, che per gli adleriani è sinonimo di personalità.

La strutturazione dello Stile di vita

Nel testo, la strutturazione dello Stile di vita assume un ruolo estremamente rilevante. In esso si constata, infatti, come l'assetto dello Stile di vita si articoli attraverso un progressivo criterio di selezione e di adattamento dinamico, il cui scopo è quello di condurre l'individuo a far proprie tutte quelle scelte, emotive o ragionate, che egli ritiene efficaci per il raggiungimento della meta finale, rifiutando, nel contempo, tutte le altre soluzioni non produttive. È precisamente ne Il senso della vita che Adler toglie ogni dubbio circa l'appartenenza della sua dottrina alle psicologie del profondo: lo Stile di vita si forma a diversi livelli di consapevolezza, dice, ma l'apporto dell'inconscio risulta essere l'elemento più importante. Insomma, lo Stile di vita ci offre, in quest'ottica, la rappresentazione indelebile dell'impronta psichica, unica e inimitabile di ogni individuo, che risulta contrassegnata dai suoi tratti comportamentali, dalle idee, dalle opinioni, dai sentimenti, dalle emozioni, unitamente indirizzati al raggiungimento delle mete primarie.

L'analisi dello Stile di vita: la costellazione familiare, i primi ricordi d'infanzia, i sogni

Il senso della vita non si limita a esporre i vari fenomeni, a spiegarne le cause e a delinearne le finalità, ci propone anche una serie di criteri diretti alla comprensione dei processi intuitivi e interpretativi, oltre a fornirci agili e chiare metodologie a fini diagnostici e valutativi.

Per analizzare, ad esempio, uno Stile di vita, cioè per comprendere qual è la meta prevalente verso cui tende un individuo, si ricorre di solito, istintivamente, all'esame del suo comportamento: la gestualità, la mimica, lo sguardo, l'eloquio, gli atti quotidiani, il modo di reagire alle varie situazioni forniscono già un compendio delle finalità, conscie e inconscie, di una persona; scoprire i suoi pensieri e le sue opinioni permette di risalire all'immagine, reale o idealizzata che essa ha di sé e del mondo; accedere, infine, ai suoi sentimenti e ai suoi affetti ci informa dell'intensità della sua vita emotiva.

La revisione dello Stile di vita è sicuramente il settore più impegnativo per l'analista individuale, impegnato com'è nella ricostruzione terapeutica della personalità e nel riesame delle scelte dell'analizzato. Per esplorare i momenti iniziali di formazione della personalità, cioè i primi elementi che hanno concorso alla strutturazione dello Stile di vita, la Psicologia Individuale si serve dello studio della famiglia d'origine e dell'acquisizione dei primi ricordi d'infanzia, definiti da Adler «i prototipi dello Stile di vita».

L'analisi adleriana prende il via dall'esame della costellazione familiare, ossia dallo studio della piccola ma importante cerchia con la quale l'individuo si è relazionato dalla prima infanzia in poi: la famiglia d'origine.

Le figure primarie, di grande importanza per la loro funzione di modelli sui quali l'individuo impronta, attraverso scelte o rifiuti, la propria personalità, sono naturalmente quelle genitoriali, ma la Psicologia Individuale assegna un notevole rilievo anche alla composizione della fratria e all'ordine di nascita dei fratelli, capaci di influenzare in maniera significativa l'intero sviluppo psichico¹.

L'esplorazione dei primi ricordi infantili, invece, oltre a mettere in luce le finalità remote di una persona, pone in evidenza anche le sue nuove finalità progettuali, alle quali non è stato ancora consentito di raggiungere il livello di consapevolezza. In questo volume, alla raccolta e all'interpretazione dei primi ricordi d'infanzia, Adler ha dedicato un intero capitolo, di grande interesse sia teorico che pratico.

E un altro capitolo, non meno avvincente per lo psicologo individuale, ma capace di stimolare lo spirito di scoperta in chi ancora non conosce la duttilità transculturale del pensiero adleriano, è quello riservato al significato e all'interpretazione dei sogni.

La Psicologia Individuale si differenzia, anche su questo tema, dal modello psicoanalitico: per il rifiuto di assegnare ai simboli una validità prefigurata e immutabile e, soprattutto, per la visione finalistica del contenuto onirico. La psicologia adleriana considera il simbolo una costruzione personalizzata, in quanto il vissuto irripetibile di ciascun individuo può assegnare a certe immagini solo un valore privato, distaccato, cioè, dagli schemi della «logica comune» contingente.

Sentimento d'inferiorità, complesso d'inferiorità, aspirazione alla superiorità, protesta virile

Il bambino che inizia il suo viaggio verso la vita, per necessità di sopravvivenza e, quindi, per soddisfare le esigenze della sua Volontà di potenza, deve necessariamente mettere a punto un proprio stile dinamico che gli consenta di superare la naturale condizione di inadeguatezza, conseguente ai confronti sfavorevoli di ordine fisico e conoscitivo con gli adulti in genere e con l'ambiente ancora inesplorato che gli sta intorno. Questa presa di coscienza delle proprie difficoltà genera in lui quello che Adler ha definito Sentimento d'inferiorità. Se gli stimoli ambientali risulteranno favorevoli, il bambino, attraverso il riscontro del proprio sviluppo somato-psichico e mediante il processo di apprendimento e d'integrazione sociale, supererà gradualmente, almeno nella forma

primitiva, il suo Sentimento d'inferiorità, che risulterà, invece, rafforzato quando gli apporti saranno negativi. Si assisterà in questo caso all'ineluttabile slittamento nel Complesso d'inferiorità, che è sempre patologico.

Bisogna riferirsi a quel principio di base della Psicologia Individuale che è il pensiero antitetico, cioè quella modalità di percezione che si basa sugli opposti (alto/basso, forte/debole, maschile/femminile) per convincersi che anche l'inferiorità ha la sua antitesi: la superiorità. Infatti, Adler ha scorto nell'essere umano la presenza dell'aspirazione alla superiorità e al successo, intesa proprio come l'opposto del Sentimento d'inferiorità e di inadeguatezza. Al fine di evitare errori d'interpretazione, l'aspirazione alla superiorità non deve essere considerata come l'equivalente dell'emergere sugli altri, né una meta di potere, come esigerebbe la Volontà di potenza, bensì come l'espressione di una «gara» che l'individuo bandisce con se stesso per raggiungere la perfezione, perché, per la Psicologia Individuale, superiorità è sinonimo di perfezione (Ansbacher H.L., Ansbacher R.R.).

È in questa prospettiva che si colloca la protesta virile, ossia «quel progetto psicologico, cosciente/inconsapevole, per mezzo del quale l'uomo enfatizza la supremazia culturale della propria virilità e la donna porta avanti la sua rivolta, palese od occulta, contro l'antico assoggettamento al maschio» (Pagani P.L.).

Il problema del bambino viziato

Adler, in questo libro, riprende un tema da lui già affrontato in altre opere precedenti, e dedica una particolare cura allo studio della condizione di bambino viziato, da considerarsi come il frutto di un errore educativo per eccesso di protezione e di affettività durante l'infanzia e capace di determinare una carenza di adattabilità sociale nell'adulto.

Questo tipo di bambino, che nei primi anni di vita ottiene, da parte dei genitori e degli altri familiari, solo gratificazioni e disponibilità a soddisfare ogni richiesta, ne rimarrà condizionato per tutta la vita e a tal punto, che gli immancabili ostacoli, cui andrà

incontro negli anni a venire, a contatto con l'ambiente esterno, gli appariranno talmente impossibili e così insormontabili da generare in lui, oltre a un senso di inadeguatezza maturato nel rapporto con gli altri, molto più forti e disincantati di lui, un senso di giustizia frustrato che porterà fatalmente con sé per tutta la vita, assieme all'ostinato rifiuto a integrarsi.

Adler, nel suo scritto, riesce a dimostrare con convinzione che ogni teoria che intenda essere efficace deve basarsi soltanto sull'osservazione e sulla sperimentazione. La Psicologia Individuale, che si è sempre attenuta a queste indicazioni, ha potuto cogliere ciò che travaglia l'essere umano: due finzioni diametralmente opposte, l'aspirazione alla superiorità e alla perfezione, cioè l'ideale del suo spirito, e la consapevolezza della fragilità del proprio corpo. La grandezza del pensiero di Alfred Adler sta proprio nell'aver posto l'accento su questo punto critico, capace di disciplinare o di sconvolgere le linee fondamentali della vita di ogni uomo.

Il senso della vita si propone dunque come un riepilogo, sufficientemente approfondito, di tutta la teoria individualpsicologica, indispensabile supporto per chi già la conosce e stimolo accattivante per chi non l'ha ancora scoperta.

PIER LUIGI PAGANI

Milano, dicembre 1996

¹Dal momento che è stata ribadita l'appartenenza della Psicologia Individuale alle psicologie del profondo forse è superfluo aggiungere qui che non è tanto la posizione nella fratria in se stessa ad essere importante quanto la valutazione inconscia che di essa il soggetto dà (n.d.c.).

Profilo biografico e principali opere di Alfred Adler

Il materiale biografico su Adler è molto scarso ed è riportato nelle quattro sue biografie ad opera di Manes Sperber, Hertha Orgler, Phyllis Bottome e Carl Furtmüller: Adler nacque in un sobborgo di Vienna il 7 febbraio 1870 da una famiglia ebreo-ungherese. Quando aveva sette anni la sua famiglia si trasferì nel quartiere ebraico di Leopoldstadt e a nove anni fu iscritto allo Sperlgymnasium, frequentato a suo tempo anche da Freud.

Nel 1888 Adler si iscrisse alla facoltà di Medicina dell'Università di Vienna e, dopo il primo *rigorosum*, iniziò il servizio militare che completò, dopo la laurea conseguita il 22 novembre 1895, nel 18o Ospedale militare di Presburg dell'esercito Ungherese.

Durante il periodo universitario Adler si interessò al socialismo e, nel corso degli incontri politici, conobbe la studentessa russa Raissa Epstein, a Vienna per completare gli studi universitari non consentiti a una donna nella Russia zarista. Alfred Adler e Raissa si sposarono il 23 dicembre 1897.

Dal 1902 al 1911 fece parte del gruppo psicoanalitico di Freud che conobbe come suo medico di famiglia.

Nel 1904, insieme con le figlie Valentine e Alexandra, fu battezzato nella chiesa protestante della Dorotheergasse, dopo essersi convertito al Cristianesimo.

Lo studio sull'inferiorità organica, pubblicato nel 1907, con l'introduzione di Freud, e *L'aggressività istintuale nella vita e nella nevrosi* delinearono da subito un pensiero ed una teoria autonomi dalla psicoanalisi dalla cui associazione Adler si dimise nel 1911.

Nello stesso anno prese la cittadinanza austriaca.

Nel 1912 pubblicò la prima compiuta esposizione della sua dottrina: *Il temperamento nervoso*. Uscito dal gruppo psicoanalitico, fondò l'Associazione per la Libera Psicoanalisi, che successivamente chiamò Psicologia Individuale. Essa fu subito molto attiva e feconda. Già nel 1913 Adler e la sua Scuola presentarono numerose comunicazioni al congresso di Psicoterapia di Vienna, disertato da Freud e dai suoi allievi. In quel periodo Adler pubblicò anche su alcune riviste italiane quali «Psiche» (*Per l'educazione dei genitori*) e «Scientia» (*La Psicologia Individuale, sue ipotesi e suoi risultati*). Egli fondò la *Zeitschrift für Individualpsychologie* e, con Furtmüller, per la Reinhardt di Monaco, curò l'ampia raccolta degli scritti di Psicologia Individuale: *Heilen und Bilden*.

Nel 1916 venne richiamato in servizio nell'esercito Austro-Ungarico e venne inviato, come medico militare, al reparto neuropsichiatrico dell'ospedale di Semmering, poi in quelli di Cracovia e di Grinzing.

Nel 1917 comparve l'opera: *Il problema dell'omosessualità*.

Nel dopoguerra, dopo che i socialdemocratici presero il potere, Vienna acquisì grande importanza nel campo della pedagogia.

Nel 1920 Adler vi fondò centri di consultazione medicopedagogici secondo l'indirizzo della Psicologia Individuale. In quel periodo portò a piena maturazione il suo pensiero e lo espose in *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*, e successivamente, al congresso di psicologia di Oxford del 1923. La relazione a quel congresso, *Fondamenti e progressi della Psicologia Individuale*, venne pubblicata in Italia sull'Archivio di Neurologia, Psichiatria e Psicoanalisi del 1925. L'anno seguente pubblicò, ancora in Italia, sulla rivista «Scientia» *La Psicologia Individuale, sua importanza dal punto di vista del trattamento della nevrosi, dell'educazione e della concezione generale del mondo*.

Nel 1926 Adler venne nominato professore dell'Istituto pedagogico di Vienna. L'attività di insegnamento è raccolta in *Psicologia della scuola* del 1929 e ne *L'educazione del bambino* del 1930 e ha ispirato altri importanti lavori della sua Scuola. Nel 1926

vide anche la luce il grande trattato di Psicologia Individuale di Erwin Wexleber, edito da Bergman di Monaco.

Nell'anno successivo comparve il terzo importante libro di Adler *Conoscenza dell'uomo* e nel 1928 e 1930, furono pubblicati i due volumi de *La tecnica della Psicologia Individuale*, uniti nel presente volume a *Il caso della signora A*, del 1931, che Adler aveva presentato alla Medical Society of Individual Psychology di Londra.

Nel 1926 Adler iniziò l'attività di insegnamento negli Stati Uniti d'America, alla Columbia University di New York e poi al Medical College di Long Island. Queste lezioni sono state in parte raccolte negli scritti in inglese *The science of living*, *Problems of neurosis* del 1929 e *The Pattern of Life* del 1930 e nella più sistematica *What life should mean to you* del 1931. Nel 1934 vide la luce in America il *Journal of Individual Psychology*.

In Austria, nel 1933, furono pubblicati *Il senso della vita*, che è la versione più matura e definitiva del pensiero adleriano, e *Psicologia e religione*, scritto in collaborazione col pastore protestante tedesco Ernst Jahn.

In Germania intanto erano già apparsi i primi lavori di uno dei più importanti discepoli di Adler: Rudolf Dreikurs.

Il percorso scientifico e la vita stessa di Adler furono stroncati da un infarto, in una via di Aderdeen, in Scozia, dove il padre della Psicologia Individuale si era recato per un ciclo di conferenze, il 28 maggio 1937.

E.E.M.

Il senso della vita
1933

Prefazione

Molto di più sappiamo di quanto comprendiamo.

(ADLER)

Durante la mia vita ho sempre avuto occasione di osservare una enorme quantità di materiale umano, nei casi di malattie psichiche come consulente medico, nella scuola e nelle famiglie come psicologo e come educatore. Mi sono sempre imposto di non pronunciarmi su ciò che non potevo provare e dimostrare di persona. Il fatto che talvolta fossi in contrasto con le opinioni precedentemente espresse da altri che conoscevano molto di meno il destino dell'uomo non deve meravigliare. Mi sono sempre sforzato di studiare le argomentazioni altrui con grande obiettività, e ho potuto farlo con facilità in particolare perché non mi sento vincolato né a regole né a preconetti, ma unicamente al principio che ogni cosa può essere anche diversa da come appare. L'unicità dell'individuo non si lascia costringere in una breve formula, e le regole generali che stabilisce la stessa Psicologia Individuale, da me creata, non debbono essere che un mezzo per illuminare in modo provvisorio un campo visivo nel quale il singolo può trovarsi o non trovarsi. Questa valutazione delle regole, la forte autocompenetrazione negli aspetti particolari delle vicende del singolo hanno vieppiù rafforzato la mia convinzione del libero potere creativo dell'individuo durante la primissima infanzia e della sua forza ancorata alla vita appena, da bambino, si è dato una legge dinamica coerente per la propria vita. Nell'ambito di questa concezione, che lascia nel bambino via libera al suo tendere verso perfezione, completezza, superiorità o all'evoluzione, gli influssi esercitati da un lato dalle capacità innate (generalì o umanamente

modificate) dall'altro, dall'ambiente e dalla educazione, sono i «mattoni» coi quali il bambino costruisce con lucida arte il proprio stile di vita.

Ma anche di un'altra cosa sono fermamente convinto. Lo stile di vita che il bambino si costruisce riesce a fronteggiare la vita senza subire contraccolpi solo se è stato costruito in modo corretto, cioè *sub specie aeternitatis*. Il bambino deve risolvere continuamente problemi sempre nuovi, che non sono risolvibili né con l'aiuto di riflessi condizionati né con quello delle capacità innate. Il bambino che potesse contare unicamente sui riflessi condizionati e sulle capacità innate correrebbe un grossissimo rischio. Non sarebbe in grado di superare le prove di un mondo che pone problemi sempre nuovi. Il compito più gravoso rimarrebbe riservato alla sua creatività, al suo spirito creativo sempre desto, che tuttavia rimane confinato nell'ambito dello stile di vita. Ambito nel quale operano anche gli istinti, le pulsioni, i sentimenti, i pensieri, le azioni, le decisioni, le scelte edonistiche o il loro opposto, e infine l'egoismo e il sentimento sociale. Lo stile di vita li comprende tutti, dispone di tutte le forme di espressione: il tutto dispone delle parti. L'errore, se esiste, risiede nella dinamica e nella meta dello stile di vita, non nell'espressione parziale.

Terza cosa di cui sono convinto: nella vita psichica ogni apparente causalità nasce dalla propensione di molti psicologi a produrre dogmi meccanicisticamente o fisicamente travestiti. Fungono da similitudini ora una pompa che va su e giù, ora un magnete coi suoi due poli, ora un animale vessato che lotta per soddisfare i suoi bisogni elementari. In un'ottica del genere le fondamentali necessità che la vita psichica presenta si vedono poco. Da quando persino la fisica ha voluto abbandonare il terreno della causalità, per parlare invece di probabilità statistiche nel corso dell'evento, gli attacchi alla Psicologia Individuale perché nega la causalità, non possono più essere presi sul serio. Dovrebbe essere chiaro anche per il profano che all'enorme varietà dei comportamenti sbagliati non può essere attribuito un significato causale, che l'azione sbagliata va intesa semplicemente per quella che è.

Orbene, se abbandoniamo – come è giusto – il terreno della sicurezza assoluta, sul quale si muovono molti psicologi, rimane una sola misura che consente di misurare l'uomo: il modo in cui esso si muove nei confronti dei problemi ineludibili dell'umanità. Ognuno di noi deve irrevocabilmente risolvere tre problemi: quello dell'atteggiamento da assumere verso i propri simili, il problema dell'attività lavorativa e quello dell'amore. Nessuno di essi – collegati fra loro attraverso il primo – può essere evitato. Tutti e tre sono ineludibili. Nascono dal rapporto dell'uomo con la società, coi fattori cosmici e con l'altro sesso. Dalla loro soluzione dipendono le sorti dell'umanità e il suo benessere. L'uomo è una parte del tutto. Anche il suo valore dipende dalla parziale soluzione di questi problemi. Li possiamo immaginare come problemi matematici: maggiore è l'errore, maggiori sono le implicazioni che minacciano chi conduce uno stile di vita sbagliato; implicazioni che si palesano solo quando viene messo alla prova il suo sentimento sociale. È sempre il fattore esogeno, l'affacciarsi di un compito che richiede la cooperazione coi propri simili, quello che rivela la vera situazione, quello che evidenzia i sintomi di una difficile educabilità, di una nevrosi o psiconevrosi, della propensione al suicidio, al delitto, alla tossicomania e alla perversione sessuale.

Perciò quando si scopre una scarsa capacità di convivenza, il problema che si pone non è solo meramente accademico. È importante anche ai fini della guarigione stabilire come e quando è stato impedito lo sviluppo del sentimento sociale. Nella ricerca degli eventi corrispondenti ci imbattiamo nel periodo della primissima infanzia e in situazioni che, secondo l'esperienza, possono alterare uno sviluppo. Ma al contempo si constata anche una risposta sbagliata da parte del bambino. E se si guarda bene alle circostanze, una volta si scopre che il bambino ha reagito in modo sbagliato a un intervento corretto, un'altra che ha reagito in modo sbagliato a un intervento sbagliato, una terza volta – molto più di rado – che il bambino ha reagito in modo corretto a un intervento sbagliato. Però si scopre altresì che il bambino è stato costantemente educato a mirare al superamento, senza che impressioni antitetiche abbiano potuto indurlo ad abbandonare la

via intrapresa. Educare significa infatti non solo lasciare agire influssi favorevoli, ma anche verificare come il potere creativo del bambino (schöpferische Kraft des Kindes) li utilizza, per poi intervenire correggendo se li utilizza in modo sbagliato. Il modo migliore per correggere un atteggiamento sbagliato consiste nel promuovere la capacità di cooperazione e l'interesse per l'altro.

Quando il bambino ha trovato la propria «legge dinamica», dobbiamo rilevarne ritmo, temperamento, attività e soprattutto il livello del senso sociale – fenomeni riconoscibili spesso già nel secondo anno di vita, ma sicuramente nel quinto – è necessario osservare che sono legate a questa legge dinamica nella loro peculiarità, anche tutte le sue altre facoltà.

In questo scritto ci occuperemo principalmente dell'appercezione, del modo in cui l'individuo vede se stesso nel mondo esterno, cioè dell'opinione che il bambino e successivamente l'adulto ha di se stesso e del mondo. Anche questa opinione non può essere dedotta dalle parole e dai pensieri del soggetto. Essi obbediscono tutti alla legge dinamica che, essendo tesa al successo, fa guardare verso l'alto perfino nel caso di un'autocondanna. Più importante è il fatto che il bambino costruisce concretamente il proprio stile di vita in un periodo nel quale non è ancora in possesso né di un linguaggio sufficiente né di concetti sufficienti. Lo stile di vita si forma e cresce nella sua mente con un movimento che non è mai stato concepito a parole, per cui è inafferrabile per la critica, anzi sfugge anche alla critica dell'esperienza. Qui non si può parlare di un inconscio fondato sulla rimozione, qui si deve parlare di un non-capito, di un qualcosa che è sottratto alla comprensione. Ma a chi conosce l'uomo, l'uomo parla col suo stile di vita e col suo atteggiamento di fronte ai problemi che per essere risolti richiedono sentimento sociale.

L'opinione che l'uomo ha di se stesso e del mondo esterno è deducibile dal senso che esso trova nella vita e dal senso che dà alla propria vita. È evidente che qui emerge con chiarezza la dissonanza con un senso sociale ideale, con la convivenza, con la cooperazione col resto dell'umanità.

Ora noi siamo in grado di capire quanto sia importante non

solo apprendere qualcosa sul senso della vita, ma anche scoprire i diversi modi di individuare il senso della vita. Un senso della vita, anche se di esso non abbiamo diretta conoscenza, può comunque essere almeno parzialmente presupposto per come il soggetto si oppone a tutto quanto va contro di esso.

L'autore, come si vede, non è presuntuoso; mira infatti a un successo iniziale parziale che, data la sua esperienza, gli sembra sufficientemente suffragato. Si assume questo compito con piacere in particolare perché è sorretto dalla speranza che, grazie a una conoscenza sufficientemente chiara del senso della vita, non solo venga sviluppato un programma scientifico volto a ulteriori ricerche nella sua direzione, ma anche che aumentando questa conoscenza aumenti in misura consistente il numero di coloro che avendo capito qual è il senso vero della vita, vogliono modificarsi in meglio.

1. L'opinione su se stessi e sul mondo

A mio avviso è fuor di dubbio che ognuno nella vita si comporta come se avesse un'opinione molto precisa sulla propria forza e sulle proprie capacità, come se già all'inizio delle proprie azioni avesse chiara o meno la difficoltà di un caso che deve affrontare; in una parola, sono convinto che *il suo comportamento scaturisce dalla sua opinione*. Ciò non può meravigliare in quanto noi coi nostri sensi non possiamo recepire dei fatti, ma soltanto un'immagine soggettiva, un riflesso del mondo esterno. «Omnia ad opinionem suspensa sunt». Nelle ricerche psicologiche non bisogna mai dimenticare queste parole di Seneca. La nostra opinione sui fatti importanti della vita dipende dal nostro stile di vita. Siamo disposti a correggere la nostra opinione nei piccoli dettagli solo quando ci scontriamo direttamente con fatti che si pongono in contrasto con la nostra opinione. Però lasciamo agire su di noi la legge della causalità senza cambiare l'opinione che abbiamo della vita. Infatti, un serpente che si avvicina al nostro piede esercita su di noi lo stesso effetto tanto se è velenoso quanto se lo riteniamo tale. Il bambino viziato, allevato in modo sbagliato, si comporta nello stesso modo quando, appena la madre si allontana, ha paura che entrino in casa dei ladri, provando la stessa paura che proverebbe se essi fossero già nella casa. In ogni caso resta della propria opinione: è convinto di non poter sopravvivere senza sua madre, nonostante la sua idea si dimostri infondata. Chi soffre di agorafobia ed evita la strada, perché ha la sensazione e l'idea che il terreno ceda sotto i suoi piedi, si comporta esattamente come se il terreno sotto i suoi piedi sprofondasse davvero. Il ladro rifugge da un lavoro utile perché, impreparato com'è alla cooperazione, prova per il lavoro la stessa repulsione che proverebbe se esso fosse realmente più gravoso della sua attività di scassinatore. Il suicida

che reputa la morte preferibile a una vita secondo lui senza speranza, agisce come se la sua vita fosse realmente senza speranza. Al tossicomane la droga arreca sollievo, un sollievo che esso apprezza maggiormente di una soluzione onorevole dei propri problemi esistenziali. Agisce esattamente come agirebbe se le cose stessero realmente così. L'omosessuale non si sente attratto dalla donna, che teme, mentre prova attrazione per il maschio, che anela conquistare. Tutti questi soggetti partono da un'opinione, che se corrispondesse alla realtà farebbe apparire oggettivamente corretto il loro comportamento.

Citerò un esempio: un avvocato di 36 anni ha perso ogni interesse per la propria professione. Non ha successo ed è convinto di dare un'impressione negativa ai pochi clienti che lo consultano. Inoltre ha difficoltà a socializzare ed è sempre stato molto timido, in particolare con le ragazze. Il matrimonio, che ha contratto addirittura con disgusto in seguito a lunghe esitazioni, dopo un anno è fallito. Adesso conduce una vita ritiratissima in casa dei genitori, che debbono provvedere a lui in larga misura.

È figlio unico ed è stato enormemente viziato dalla madre. Gli è sempre stata intorno. È riuscita a convincere marito e figlio che il ragazzo sarebbe diventato una persona importantissima, e il ragazzo è cresciuto con la stessa attesa; cosa che sembrava confermata dai brillanti risultati scolastici. La masturbazione infantile, frequente nella maggior parte dei bambini viziati, incapaci come sono di soddisfare ogni loro desiderio, lo ha reso succube del suo sinistro potere e oggetto, già a scuola, di derisione da parte delle ragazze che avevano scoperto il suo vizio segreto. Di conseguenza si era allontanato da esse. Nel suo isolamento si abbandonava alle più trionfalistiche fantasie sull'amore e sul matrimonio. Si sentiva attratto solo dalla madre, che lo dominava totalmente. Anche da questo caso risulta chiaro che il cosiddetto complesso di Edipo non è la «base», ma il perverso prodotto artificiale del comportamento delle madri che viziano, che viene alla luce in tutta la sua portata quando l'adolescente o il giovane che non ha sviluppato un sentimento sociale capace di legarlo ai suoi simili, nella sua superlativa vanità, si vede ingannato dalle ragazze. Poco prima che

finisse gli studi, quando si stava avvicinando il momento in cui avrebbe dovuto rendersi indipendente dalla famiglia, è stato colpito da una grave forma di melancolia. Da piccolo, come tutti i bambini vizia-ti, era pauroso ed evitava gli estranei; più tardi si è allontanato da compagni e compagne e poi dalla professione – atteggiamento che, anche se in forma meno accentuata, persiste tuttora.

Mi limito a questa rappresentazione per passare alle «motivazioni», ai pretesti (sintomi della sua malattia) coi quali ha sempre coperto e protetto i propri arretramenti. È chiara una cosa: quest'uomo in vita sua non è mai cambiato. Ha sempre aspirato ad essere il primo di tutti e ha sempre fatto marcia indietro quando dubitava di poter avere successo. La sua opinione sul senso della vita (Meinung vom Sinn des Lebens che noi abbiamo capito, mentre lui la ignora) può essere riassunta nella formula «Siccome il mondo non mi consente di trionfare, io mi ritiro». È innegabile che quest'uomo, poiché vede la perfezione cui anela nel proprio trionfo sugli altri, ha agito in modo corretto e intelligente solo in base a questa sua logica. La «legge dinamica» che si è dato, la legge secondo la quale si muove, è priva di «buon senso», è priva di «senso comune», ma segue solamente quella che io ho chiamato «intelligenza privata». Non essendo capace di agire in altro modo, la vita gli impedisce di avere un reale successo.

Analogo, ma con manifestazioni diverse, caratterizzato da una minore tendenza all'autoesclusione, appare il caso seguente. Un uomodì 26 anni è cresciuto tra due fratelli prediletti dalla madre. Si è sempre sforzato di tener testa alle prestazioni del fratello maggiore, più bravo e fisicamente più robusto di lui. Nei confronti della madre ha assunto sin dall'infanzia un atteggiamento critico e si è appoggiato al padre – una seconda fase sempre presente nella vita di un bambino. Poiché anche la nonna e la bambinaia erano insopportabili, ben presto ha esteso la sua avversione per la madre a tutto il genere femminile. Il suo marcato desiderio di sottrarsi all'influenza materna e di dominare i maschi è aumentato a dismisura. Ha sempre cercato di ostacolare in mille modi la superiorità del fratello, tanto che ha finito per odiare ogni genere di prestazione fisica perché il fratello era superiore a lui nella ginnastica

e nella caccia. Evitava queste pratiche come evitava le donne. Si impegnavano unicamente nelle attività che gli garantivano sicuri trionfi. Per qualche tempo ha amato una ragazza però rimanendo estremamente riservato, per cui la ragazza, non apprezzando la sua eccessiva discrezione, lo aveva lasciato per un altro. Il fatto che la vita matrimoniale del fratello fosse felice gli faceva temere di non poter essere altrettanto appagato e di fare una brutta figura. Un esempio del modo in cui si è sempre sentito spinto a contrastare la supremazia del fratello: un giorno il fratello aveva portato a casa dalla caccia una bella volpe dalla splendida pelliccia di cui era molto orgoglioso. Ebbene, per guastare il trionfo del fratello il nostro amico aveva tagliato di nascosto la bianca punta della coda dell'animale. Il suo istinto sessuale ha preso una direzione facilmente prevedibile, vista l'esclusione delle donne: è diventato omosessuale. È stato facile capire il suo concetto del senso della vita. Per lui vivere significa dover essere il migliore in tutto ciò che si fa. Infatti ha sempre cercato di raggiungere la superiorità evitando le prestazioni che non gli assicuravano il successo. Ma, ahimè, si era accorto troppo tardi che il suo partner sessuale si riteneva superiore a lui. Nel corso dei nostri colloqui chiarificatori mi ha confessato che il suo partner era convinto di possedere una forza d'attrazione superiore alla sua.

Anche in questo caso possiamo affermare che l'«intelligenza privata» è intatta e che forse la maggior parte dei maschi farebbe altrettanto se tutte le donne li respingessero, cioè se tale ripulsa fosse una verità generale. Un errore basilare nella costruzione dello stile di vita è la marcata tendenza a generalizzare.

«Piano di vita» e «opinione» si integrano a vicenda. Affondano entrambi le radici in un periodo nel quale il bambino è incapace di formulare con parole e concetti le conclusioni che trae dalle proprie esperienze, ma nel quale da esperienze, spesso di poco conto o con forte coloritura emozionale, incomincia a sviluppare forme di comportamento generali. Ebbene, queste conclusioni generali e le corrispondenti tendenze, formatesi in un periodo nel quale parole e concetti sono assenti, negli anni successivi, continuano ad agire anche se con varia intensità. Con varia intensità, in quanto interviene il senso comune, che apporta qualche correzione e

dissuade il soggetto dal confidare eccessivamente in regole e principi. Come vedremo più sotto, dobbiamo questa liberazione dall'eccessiva ricerca di appoggio e sicurezza, espressione di un marcato senso di insicurezza e di inferiorità, al senso comune incrementato dal sentimento sociale. Il caso che segue, che si osserva di frequente, dimostra come anche negli animali abbia luogo lo stesso processo. Un cucciolo di cane era stato addestrato a seguire il suo padrone per la strada. Aveva imparato a farlo, quando un giorno pensò bene di saltare sulla sua automobile mentre si stava già muovendo. Ovviamente cadde dalla macchina, per fortuna senza riportare danni. Si trattava di un'esperienza nuova per la quale non poteva avere ancora una risposta. Non possiamo parlare di «riflesso condizionato» dopo aver osservato come il cucciolo si è comportato in seguito. Pur continuando a fare progressi nell'addestramento, si rifiutava di ubbidire solo quando gli veniva ordinato di seguire il padrone fino al posto nel quale aveva subito l'incidente. Non aveva paura né della strada né delle automobili, aveva paura del luogo in cui era avvenuto l'incidente. Coloro che rimangono ancorati alle proprie opinioni si comportano come il cane, perché così facendo sono sicuri, se non altro, di non poter più venir danneggiati «in quel luogo». Il cane aveva tratto la stessa conclusione che talvolta traggono anche gli uomini: la colpa è del posto, non della propria disattenzione o inesperienza. Il pericolo è in agguato *sempre* in quel posto. Strutture analoghe si riscontrano spesso nella nevrosi, nella quale il soggetto teme di subire una sconfitta, di perdere il senso della propria personalità, e per poter battere in ritirata cerca di difendersi sfruttando i sintomi, fisici o psichici, dovuti all'eccitazione prodotta da un problema da lui erroneamente ritenuto insolubile.

È chiaro che noi veniamo influenzati non dai fatti ma dall'opinione che abbiamo dei fatti. La più o meno accentuata convinzione di avere maturato opinioni corrispondenti ai fatti è dovuta, in particolare nei ragazzi inesperti e negli adulti privi di sentimento sociale, a un'esperienza insufficiente e all'assenza di contrasti fra la loro opinione e il successo delle azioni da essa ispirate. Va da sé 1, che questi criteri sono spesso insufficienti, in

quanto l'ambito in cui agiamo è quasi sempre limitato, anche perché gli errori e i contrasti di poco conto possono essere risolti senza troppa difficoltà o con l'aiuto di altri; 2, che questi criteri concorrono a mantenere nel tempo, a far sopravvivere, il «piano di vita» una volta stabilito. Solo i grossi errori costringono a una riflessione più profonda, che però risulta fruttuosa solo nei soggetti che partecipano alla soluzione collettiva dei problemi della vita, cioè solo in coloro che non perseguono obiettivi di superiorità personali.

Arriviamo così a concludere che ognuno di noi ha una sua «opinione» di se stesso e dei compiti della vita, una linea di vita e una «legge dinamica», che lo blocca senza che se ne renda conto. Questa legge nasce nello spazio ristretto dell'infanzia e si sviluppa attraverso scelte poco limitate, utilizzando, senza il condizionamento di un'azione matematicamente formulabile, delle forze innate e delle impressioni dal mondo esterno. La direzione e relativa utilizzazione di «istinti», «pulsioni», impressioni del mondo esterno e dell'educazione è l'opera d'arte del bambino, che è possibile capire ricorrendo alla «psicologia dell'uso», non a quella del «possesso». Tipi, analogie, quasi-concordanze sono spesso unicamente reperti che la povertà del nostro linguaggio adotta perché è incapace di esprimere in modo semplice i risultati di una probabilità statistica. La constatazione di analogie e concordanze non può autorizzare a stabilire una regola, non può spiegare il singolo caso, può solo illuminare un campo visivo. La constatazione, ad esempio, di un marcato sentimento di inferiorità non ci informa ancora sulle caratteristiche del singolo caso, e tanto meno può farlo la constatazione che esistono carenze nell'educazione e nei rapporti sociali. Nel comportamento dell'individuo nei confronti del mondo esterno queste carenze possono assumere varie forme, diverse, a seconda dei casi, per l'interferenza del potere creativo del bambino e della «opinione» che ogni volta ne scaturisce.

Chiarirò meglio quanto ho detto finora con alcuni esempi. Un bambino che sin dalla nascita ha sofferto di disturbi gastroenterici, cioè che possiede un apparato digerente mal funzionante e non

riceve un'alimentazione adatta al suo caso, manifesta frequentemente un interesse particolare per il cibo e per tutto ciò che lo riguarda ¹. Di conseguenza l'opinione che ha di se stesso e della vita è fortemente vincolata a un interesse per l'alimentazione e in seguito (data la nota correlazione) anche per il danaro – un fenomeno che tuttavia dev'essere verificato caso per caso.

Un bambino al quale la madre risparmia ogni fatica fin dalla nascita, cioè un bambino viziato, raramente è propenso a tenere in ordine le sue cose personalmente. Questo dato di fatto, insieme a fenomeni analoghi, ci autorizza a dire che esso vive nella convinzione che tutto dev'essere fatto dagli altri. Anche qui, come nei casi che illustrerò più avanti, il nostro giudizio per essere valido richiede, ovviamente, ulteriori ampie conferme. Un bambino che fin dalla più tenera età ottiene dai genitori tutto ciò che vuole si fa ben presto un'opinione ben precisa: è convinto di poter sempre dominare gli altri, e di fronte a esperienze di segno opposto proverà per il mondo esterno una forte irritazione ² e si ritirerà da esso. Solo in seno alla famiglia ha modo di soddisfare tutti i suoi desideri, anche quelli sessuali, senza dover correggere la propria opinione, il proprio atteggiamento, in particolare senza dover dar prova di sentimento sociale. Per contro il bambino che fin dalla più tenera età è stato abituato a cooperare ampiamente, nella misura corrispondente alla sua capacità di rendimento, quando dovrà affrontare i problemi della vita cercherà di risolverli attingendo a un'opinione personale (di se stesso e del mondo) che non esclude la vita comunitaria (Gemeinschaftsleben) ³.

Così una bambina il cui padre si comporta in modo scorretto e trascura la famiglia, può sviluppare l'opinione che tutti gli uomini sono fatti della stessa pasta, specie se anche un fratello, altri parenti o vicini si comportano in modo scorretto. Pertanto esperienze differenti, anche se subentrano a breve distanza dalla maturazione di questa opinione, rimarranno inefficaci. Il fatto, per esempio, che a un fratello è consentito di proseguire gli studi, e a lei no, può indurla a pensare o che le ragazze sono incapaci di evolvere o che vengono ingiustamente escluse da una formazione superiore. Il figlio che si sente sottovalutato o trascurato può diventare

timidissimo, perché ritiene di essere incapace di ulteriore sviluppo, o, se reputa di possedere capacità non inferiori a quelle del fratello che gli è stato preferito, può aspirare a superare tutti e tutto con una determinazione sicuramente eccessiva. La madre che vizia un proprio figlio in modo esagerato può indurlo a credere di essere sempre al centro dell'attenzione generale, di poter avere tutto ciò che vuole senza metterci niente di suo. Se invece lo critica e lo rimprovera di continuo, o gli preferisce sfacciatamente un altro figlio, può portarlo a diffidare non solo di lei, ma di tutte le donne. Il bambino, che è particolarmente soggetto a contrarre malattie o a subire incidenti, può sviluppare un'opinione di se stesso e del mondo del tutto particolare; può convincersi che il mondo è pieno di pericoli, e si comporta di conseguenza. Può succedere la stessa cosa al bambino che appartiene a una famiglia che diffida tradizionalmente del mondo esterno.

È chiaro che tutte queste opinioni, così differenti, possono cozzare contro la realtà, possono essere in contrasto con le esigenze sociali che la vita reale comporta. Un'opinione sbagliata su se stessi e sui compiti della vita prima o poi si scontra con la realtà, col dato di fatto che i problemi della vita per essere risolti richiedono sentimento sociale. Tale scontro produce uno shock, e tuttavia il soggetto ritiene, sbagliando, che il proprio stile di vita sia corretto, anche se non corrisponde al fattore esogeno, per cui non abbandona né modifica la propria opinione, ma continua ad aspirare alla superiorità infischandosene del prossimo. Il problema che minaccia di essere insolubile viene abbandonato. Siccome la «legge dinamica» che il soggetto si è dato non contempla un'adeguata preparazione alla sua soluzione, esso batte in ritirata. Il trauma fisico e psichico prodotto dallo scontro con la realtà gli fa perdere anche l'ultimo residuo di sentimento sociale e lo induce ad arretrare, come accade nella nevrosi, o a continuare ad agire in modo antisociale – una decisione che è tutt'altro che coraggiosa. È chiaro in ogni caso che l'immagine del mondo che ognuno di noi si fa e che determina i nostri pensieri, i nostri sentimenti, la nostra volontà e le nostre azioni, si fonda su di un'«opinione».

¹Cfr. Alfred Adler, *Studie über Minderwertigkeit von Organen und ihre seelische Kompensation*, Lipsia, Hirzel, 2a ed. 1927.

²Cfr. Alfred Adler, *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, Monaco, Bergmann, 4a ed. 1930 (trad. it. *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*, Roma, Astrolabio, 1988; *La Psicologia Individuale. Prassi e teoria*, Roma, Newton Compton, 2006).

³Il livello della Psicologia Individuale è troppo alto perfino per coloro che, pur avendo studiato per anni i principi della Psicologia Individuale, pensano a comunità dei nostri giorni, non a una comunità *sub specie aeternitatis*.

2. Mezzi psicologici e metodi di indagine per lo studio dello stile di vita

Per capire con la massima completezza l'opinione del singolo, il modo con cui esso affronta i problemi della vita, per capire quale senso la vita vuol esprimere, si ricorre a ogni possibile mezzo e metodo. L'opinione che il singolo ha del senso della vita è una questione tutt'altro che oziosa. Perché è l'opinione che guida i suoi pensieri, i suoi sentimenti e le sue azioni. Però il vero senso della vita si evidenzia nella resistenza che incontra l'individuo che agisce in modo sbagliato. Il compito di chi insegna, educa e guarisce si colloca fra queste due aree di tensione. La conoscenza dell'uomo ha origini antichissime. Mi limiterò a menzionare solo alcune descrizioni di storie e persone dei popoli antichi: la Bibbia, Omero, Plutarco, tutti i poeti greci e romani, leggende, fiabe, favole e miti presentano momenti culminanti nella conoscenza della personalità. Fino a tempi recenti hanno saputo indagare nello stile di vita dell'individuo soprattutto i poeti. Accresce la nostra ammirazione per la loro opera soprattutto la loro capacità di far vivere, morire e agire l'uomo come un tutto indivisibile, strettamente legato ai compiti che il suo ambiente gli pone. Senza dubbio anche la gente comune è andata molto avanti nella conoscenza dell'uomo (Menschenkenntnis) ed ha trasmesso ai posteri [con detti popolari e proverbi] la sua esperienza. Contraddistingue sia questi che i geni della «psicologia» una comprensione più profonda del rapporto che intercorre fra le pulsioni umane; una capacità che è potuta crescere solo grazie al loro interesse per l'umanità. Il loro sentimento sociale è stato premiato con una maggiore esperienza, una migliore conoscenza e una visione più profonda. La capacità di descrivere i mille imprevedibili moti di espressione, di comprenderli senza

usare il metro e la bilancia, è sempre stato frutto dell'intuito. Solo grazie ad esso è stato possibile «vedere» cosa si nasconde dietro e fra le espressioni. Alcuni definiscono «intuizione» questa capacità, e ritengono che possiedano questo dono solo gli spiriti superiori. Ma non è così. In realtà questo dono è il più universale che esista. Ognuno di noi vi ricorre di continuo nel caos della vita, nella impenetrabilità del futuro.

Siccome ogni problema che dobbiamo affrontare, dal più piccolo al più grande, è sempre nuovo e diverso, se fossimo costretti a risolverlo ricorrendo a uno schema, per esempio con l'aiuto di «riflessi condizionati», sbaglieremmo di continuo. La continua diversità pone all'uomo richieste sempre nuove, lo costringe a verificare ogni volta, ad esempio, un comportamento precedentemente adottato. Nemmeno quando giochiamo a carte riusciamo a cavarcela grazie a «riflessi condizionati». Solo la previsione, l'intuito, ci aiutano a risolvere le situazioni. Tuttavia l'intuito caratterizza maggiormente coloro che cooperano, che operano insieme agli altri, che hanno interesse per il prossimo, che hanno a cuore la felice soluzione di tutti i problemi dell'intera umanità, come si può vedere sia che si studi la storia dell'umanità, che i destini dei singoli.

Finché non si è interessata ad essa la filosofia, la psicologia è rimasta un'arte naïve, ma poi i molteplici tentativi di far rientrare tutte le prospettive in un'unica legge universale onnicomprensiva finivano con l'escludere l'individuo. Nella psicologia e nell'antropologia dei filosofi ha comunque la sua origine la conoscenza dell'uomo. È diventata verità incontestabile la constatazione dell'unità di tutte le forme di espressione dell'individuo. Il trasferimento alla natura umana delle leggi di tutto ciò che è avvenuto ha maturato punti di vista differenti, e Kant, Schelling, Hegel, Schopenhauer, Hartmann, Nietzsche e altri hanno ravvisato questa ignota e insondabile forza guida in una inconscia forza propulsiva, che è stata definita ora legge morale, ora volontà, ora desiderio di potenza, ora inconscio. Insieme al trasferimento delle leggi generali all'evento umano acquistava potere l'introspezione. Alle persone si chiedeva di descrivere in

qualche modo l'evento psichico e il relativo processo. Questo metodo ha avuto vita breve. È caduto, giustamente, in discredito perché non è possibile confidare nella obiettività delle dichiarazioni degli individui.

Nell'epoca della tecnica evoluta si è imposto il metodo sperimentale. Con l'aiuto di apparecchiature e di domande scelte accuratamente si organizzavano ricerche destinate a informare volta a volta su funzioni sensoriali, intelligenza, carattere e personalità. Di conseguenza la personalità poteva essere integrata nella sua globalità solo grazie all'intuito. Poi la teoria della ereditarietà pose fine a queste ricerche perché dimostrò che è importante possedere queste facoltà, non farne uso. Mirava a dimostrare la stessa cosa la teoria dell'influsso delle ghiandole endocrine, che risultava veritiera in particolare nei soggetti afflitti da senso di inferiorità con organi mal funzionanti.

La psicologia è stata riportata in vita dalla psicoanalisi, che vedeva l'onnipotente pilota delle sorti dell'umanità nella libido sessuale e descriveva dettagliatamente agli uomini gli orrori dell'inferno nell'inconscio e del peccato originale nel «senso di colpa». Ha provveduto a correggere l'errore degli psicoanalisti di aver trascurato il Cielo: la Psicologia Individuale, che vede la meta «ideale» della perfezione nella creazione dell'«io ideale» e che attraverso l'importante tentativo di leggere fra le righe della coscienza ha fatto un passo avanti nella individuazione dello stile di vita, della «linea dinamica» dell'individuo, del senso della vita, senza ricorrere a metafore sessuali. Inoltre la psicoanalisi si occupava quasi esclusivamente del bambino viziato, per cui la struttura psichica in generale veniva vista sulla base del modello offerto da questo tipo di persone mentre la struttura psichica più profonda, come parte dell'evoluzione umana, le rimaneva nascosta. Il successo che la psicoanalisi ha avuto per qualche tempo va attribuito al grande numero di soggetti viziati, che venivano indotti a generalizzare, a considerare comuni a tutti, i dati risultanti dall'analisi; per cui non solo non desistevano dal loro stile di vita, ma al contrario lo rafforzavano. La tecnica della psicoanalisi mirava a rappresentare il rapporto fra moti di espressione e sintomi da un

lato e libido sessuale dall'altro e a far apparire le azioni del soggetto dipendenti da un istinto sadico innato. Solo la Psicologia Individuale ha scoperto che questi fenomeni sono in realtà un risentimento, artatamente coltivato, tipico dei bambini viziati. La psicoanalisi tiene conto, sì, in qualche misura, del momento evolutivo, però in modo erroneo e volutamente pessimistico, in quanto poggia sull'idea del desiderio di morte quale meta da raggiungere, e non su quella dell'adattamento attivo conforme alla seconda legge fondamentale della fisica¹.

La Psicologia Individuale si situa alla base della evoluzione² e alla luce della stessa considera l'aspirazione dell'uomo un'aspirazione alla perfezione. L'impulso vitale è inscindibilmente legato, fisicamente e psichicamente, a questa aspirazione. Perciò ogni forma di espressione psichica si rappresenta al nostro modo di vedere come un movimento che da una situazione di minus conduce a una situazione di plus. La via, la legge dinamica che ogni individuo si dà all'inizio della propria vita, con relativa libertà di utilizzazione sia delle proprie capacità e incapacità innate, sia delle prime impressioni trasmessegli dall'ambiente, è diversa per ognuno di noi: come volontà, come ritmo e come direzione. Nell'incessante confronto con la irraggiungibile perfezione ideale l'individuo è continuamente preda e succube di un sentimento d'inferiorità. Dobbiamo constatare che *sub specie aeternitatis* e dal punto di vista della perfezione assoluta ogni legge dinamica umana è imperfetta.

Ogni epoca culturale si costruisce questo ideale secondo l'ampiezza dei propri pensieri e sentimenti. Così oggi noi, per esempio, nel costruire questo ideale possiamo ravvisare il transitorio livello dell'umana intelligenza sempre solo nel passato, e a buon diritto ammiriamo profondamente questa intelligenza, che da tempi immemorabili ha capito qual è l'ideale capace di consentire l'umana convivenza. L'istanza suprema «Non uccidere!» o «Ama il prossimo tuo come te stesso» non può più scomparire dalla nostra mente e dal nostro cuore. Queste e altre norme dell'umana convivenza, tutte risultanti dalla evoluzione dell'umanità, ancorate alla natura dell'uomo come il respiro e la

stazione eretta, possono essere riassunte nell'idea di una comunità umana ideale, dal punto di vista meramente scientifico ritenuta un traguardo ineludibile della evoluzione. Esse fanno da guida alla Psicologia Individuale, le forniscono il «δὸς ποῦ στῶ»³, in base al quale soltanto vanno giudicate giuste o sbagliate tutte le altre mete e forme di movimento in contrasto con la evoluzione. A questo punto la Psicologia Individuale diventa psicologia dei valori così come la medicina, promotrice della evoluzione, che nelle sue ricerche e constatazioni è una scienza che effettua valutazioni.

Quindi sentimento di inferiorità, aspirazione alla superiorità e sentimento sociale sono i fondamentali pilastri cui la ricerca psicologica individuale non può rinunciare nello studio dell'individuo o di una collettività. Si può dubitare della loro concreta essenzialità, si possono fraintendere, ma non si possono trascurare. Ogni corretto studio della personalità deve tener conto in qualche misura di questi dati di fatto e accertare la presenza o meno di un sentimento di inferiorità, dell'aspirazione alla superiorità, del senso sociale. Ma come altre culture hanno escluso dall'obbligo evolutivo concezioni diverse e vie sbagliate, così ha fatto il singolo individuo. La costruzione, concettuale e insieme affettiva, di uno stile di vita sull'onda della evoluzione è opera del bambino. Gli serve da misura della propria forza, della propria capacità di muoversi in un ambiente, sicuramente non neutro, che è per lui una scuola che prepara alla vita. Costruendo sulla base di impressioni soggettive, spesso pilotate da successi o insuccessi poco determinanti, il bambino si crea percorso, traguardo e opinione in direzione di un'altezza situata nel futuro. Tutti i mezzi della Psicologia Individuale miranti a scoprire la personalità di un soggetto tengono conto sia della sua opinione circa l'aspirazione alla superiorità sia del grado del suo sentimento di inferiorità e del suo sentimento sociale. La ricerca viene fatta come nella psicologia sperimentale o come nell'esame funzionale dei casi patologici. Però qui è la vita stessa che sottopone ad esame il soggetto, che segnala il suo profondo legame ai problemi della vita. Infatti l'individuo nella sua globalità non è estrapolabile dal suo rapporto con la vita, o meglio con la comunità. Solo il suo rapporto con la società

evidenzia il suo stile di vita. Pertanto la ricerca sperimentale, che anche quando è ben condotta considera solo parti della vita, non può pronunciarsi sul carattere di un individuo e ancora meno sulle sue future prestazioni nella comunità. Ma anche la «psicologia della forma» per potersi pronunciare sull'atteggiamento di una persona nel processo esistenziale deve essere integrata dalla Psicologia Individuale.

Quindi la tecnica della Psicologia Individuale, per scoprire lo stile di vita di un individuo, deve presupporre la conoscenza dei problemi della vita e delle richieste che essi gli pongono. Si constaterà che la loro soluzione presuppone un certo grado di sentimento sociale e la capacità di cooperazione e di convivenza. Quando questa capacità è carente si può osservare un forte sentimento di inferiorità e di conseguenza un «atteggiamento esitante» e di arretramento. Compare allora tutto un insieme di fenomeni, fisici o psichici, che io ho definito «complesso di inferiorità». L'incessante aspirazione alla superiorità cerca di nascondere per mezzo di un «complesso di superiorità» il quale, sempre alieno al sentimento sociale, mira a esibire una falsa superiorità personale. Accertati tutti i fenomeni che caratterizzano un caso di insuccesso, le cause della carente preparazione vanno ricercate nella prima infanzia. Procedendo in questo modo è possibile sia avere una immagine fedele del coerente stile di vita dell'individuo sia afferrare, in caso di fallimenti, il grado di compromissione del sentimento sociale, sempre in stretta relazione con una scarsa capacità di relazionarsi col prossimo. Pertanto l'educatore, l'insegnante, il medico, il padre spirituale hanno il compito di incrementare il sentimento sociale, e quindi il coraggio del soggetto, spiegandogli, con argomentazioni convincenti, qual è la causa dell'insuccesso subito, e dimostrandogli che sono sbagliate sia l'opinione che ha di se stesso e del mondo sia la sua idea del senso della vita.

Può svolgere questo compito solo chi ha una profonda conoscenza dei problemi della vita ed è consapevole del fatto che nei casi di insuccesso sia il soggetto stesso, sia il suo complesso (di inferiorità e superiorità) sono caratterizzati da un insufficiente

sentimento sociale; ma possiede al contempo una grande esperienza circa le circostanze e situazioni che hanno ostacolato, probabilmente nell'infanzia, lo sviluppo del sentimento sociale. Secondo la mia personale esperienza il miglior modo per capire la personalità di un individuo consiste nell'esaminare attentamente i ricordi che risalgono alla sua prima infanzia, nell'accertare la sua posizione in seno ai fratelli, gli errori che ha commesso da piccolo, le sue fantasie ad occhi aperti, i suoi sogni e il tipo di fattore patogeno che ha agito dall'esterno. Tutti i risultati di una ricerca così condotta, che includono anche la posizione nei confronti del medico, vanno valutati con la massima cautela e provati dalla loro concordanza armonica con altre constatazioni.

¹Newton, che così ha consacrato i risultati delle ricerche di Galileo Galilei, assume come seconda legge fondamentale della dinamica quest'enunciato: l'azione di una forza qualunque su un dato corpo si può esprimere con la relazione fra il vettore forza ed il prodotto m per vettore accelerazione. Poiché l'accelerazione è rappresentabile come vettore, essendo m una costante scalare caratterisitica del corpo, anche la forza è un vettore, ovvero una grandezza caratterizzata da valore numerico, direzione, verso e gode inoltre delle altre proprietà dei vettori come la sua composizione e decomposizione. Non è a caso che Adler cita questa legge perché, come ogni forza agente ottiene effetti che sono sempre in relazione all'oggetto su cui ha agito, così nella psicomica gli effetti di qualsiasi forza esterna sono sempre in relazione alla persona su cui ha agito. Nulla potrà mai cancellare il dinamismo di una vita se le forze che hanno agito su una persona o su un popolo hanno determinato accelerazioni, caratteristiche per ogni persona o popolo, nel progresso dell'umanità (*n.d.c.*).

²V. Alfred Adler (1907), *Studie über Minderwertigkeit von Organen*, Monaco, Bergmann, 2a ed. 1927

³Secondo Simplicio, Archimede, dopo aver scoperto il principio della leva, disse «datemi un punto d'appoggio e solleverò il mondo». Il detto, ripreso da Goethe (*Massime e riflessioni*, 22) è stato anche altre volte usato da Adler (vedi il capitolo II de *Il carattere dei nevrotici*) (n.d.c.).

3. I compiti della vita

Questo è il punto nel quale la Psicologia Individuale interessa la sociologia. È possibile formulare un giudizio esatto su un individuo solo se si conoscono la struttura dei suoi problemi esistenziali e il modo in cui esso intende risolverli. Solo il comportamento del soggetto nei loro confronti ci informa chiaramente sulla sua natura. Dobbiamo accertare se li affronta o esita a farlo, se tenta di aggirarli, se cerca o crea pretesti, se li risolve in parte, li evita o li lascia irrisolti per acquisire una parvenza di superiorità personale a discapito della comunità.

Secondo me tutti i problemi della vita sono riconducibili a tre grandi problemi: quello della vita sociale, quello del lavoro e quello dell'amore. È chiaro che si tratta di problemi che dobbiamo affrontare di continuo, che non ci danno tregua. Il modo con cui ci comportiamo verso di essi riflette il nostro stile di vita. Poiché essi sono intimamente interconnessi e per essere risolti in modo corretto richiedono una congrua misura di sentimento sociale, lo stile di vita del singolo individuo si rispecchia nella posizione che, in modo più o meno chiaro, egli assume rispetto a tutti e tre. In *modo meno chiaro* quando il problema non è imminente o presenta circostanze più favorevoli, *in modo più chiaro* quando vengono sottoposte a severa prova le capacità del soggetto. Problemi come l'arte e la religione, che esigono soluzioni ottimali, partecipano di tutti e tre ¹. Questi problemi risultano dal fatto che l'uomo è inscindibilmente legato alla necessità di socializzare, di provvedere al sostentamento e alla cura della discendenza. Sono problemi connessi alla nostra appartenenza alla Terra. Quale prodotto di questo pianeta l'uomo ha potuto evolvere e sussistere nel suo rapporto cosmico solo operando insieme ai suoi simili, provvedendo alla comunità in senso fisico e psichico, partecipando

alla divisione del lavoro e operando con diligenza. Perché potesse evolvere è stato dotato, nel corpo e nello spirito, del desiderio di migliorare la propria idoneità fisica e il proprio sviluppo psichico. Esperienze, tradizioni, comandamenti e leggi sono stati tutti tentativi intesi a superare, temporaneamente o definitivamente, le difficoltà della vita. Nella nostra attuale cultura vediamo il grado raggiunto, seppure insufficiente, grazie a questa aspirazione. Sia l'individuo che la massa tendono a raggiungere una situazione di plus partendo da una situazione di minus: ecco perché siamo autorizzati a parlare di costante senso di inferiorità, che affligge sia l'individuo che la massa. L'evoluzione non conosce tregua. La meta della perfezione (das Ziel der Vollkommenheit) ci attrae senza requie.

È chiaro che questi problemi ineludibili, accomunati dall'interesse per la comunità, possono essere risolti solo da chi possiede una misura sufficiente di sentimento sociale. Come è facile constatare, mentre esiste in ogni uomo la capacità di raggiungere questa misura, l'evoluzione dell'umanità non è ancora sufficientemente avanzata. Questa è la ragione per la quale l'individuo non possiede ancora il sentimento sociale che deve possedere, un sentimento sociale che opera automaticamente, come il respiro o come la deambulazione nella stazione eretta. Secondo me questo livello un giorno – forse lontanissimo – sarà raggiunto, sempre che l'umanità non venga meno al suo compito – cosa di cui oggi è lecito in fondo sospettare.

Tutti gli altri problemi, quelli riguardanti l'amicizia, la fratellanza, l'interesse per la città e la campagna, per il popolo e l'umanità, le buone maniere, l'accettazione di una funzione culturale degli organi, la preparazione alla cooperazione (nel gioco, nella scuola e nell'insegnamento), l'attenzione e la stima per l'altro sesso, la preparazione fisica e mentale a tutti questi problemi, come pure la scelta del partner sessuale, mirano a risolvere i tre problemi fondamentali. Questa preparazione avviene, in modo giusto o sbagliato, a iniziare dal primo giorno di vita, ad opera della madre, che nello sviluppo evolutivo dell'amore materno è la partner naturale più idonea nell'esperienza sociale del bambino; dalla

madre che, quale «prima rappresentante del prossimo», si trova alla soglia dello sviluppo sociale del bambino; da lei il bambino riceve i primi impulsi per orientarsi nella vita, per concepire se stesso come una parte del tutto, per cercare il giusto contatto con i propri simili.

Le madri possono creare difficoltà in due modi. Quelle maldestre, tarde, culturalmente impreparate, impedendo al bambino di stabilire contatti perché prendono alla leggera il proprio compito. Quelle iperprotettive – la grande maggioranza –, abituandolo a un mondo che non esiste, a un mondo immaginario. Nella loro spasmodica eccessiva sollecitudine risparmiano al bambino ogni genere di collaborazione, lo sommergono di carezze e tenerezze, agiscono, pensano e parlano in sua vece, privandolo così di ogni possibilità di evolvere. È sufficiente un periodo relativamente breve per portarlo fuori strada, per fargli credere di essere al centro dell'universo e per indurlo a provare antipatia per tutte le altre persone e per tutte le altre situazioni. Non dobbiamo sottovalutare i risultati derivanti dal libero giudizio da parte del bambino e del suo potere creativo. Il bambino elabora gli influssi esterni a modo suo. Se è stato viziato dalla madre si rifiuta di estendere ad altre persone il proprio senso sociale, cerca di sottrarsi al padre, ai fratelli, a tutti coloro che non gli assicurano la stessa misura di calore. Conducendo questo stile di vita, convinto che nella vita ogni cosa è ottenibile subito e senza alcuna difficoltà, unicamente grazie all'intervento di altri, il bambino piano piano diventa incapace di risolvere i problemi esistenziali. E di fronte a questi problemi, l'adulto, che non ha sviluppato il sentimento sociale necessario per risolverli, rimane sconcertato, subisce uno shock che contribuisce a sua volta a ostacolarne la soluzione. Nei casi meno gravi questo effetto è transitorio, in quelli più gravi permanente. Per un bambino viziato ogni occasione è buona per costringere la madre a occuparsi di lui. Realizza il suo obiettivo di superiorità nel modo più facile, rifiutandosi di educare le proprie funzioni, sia per fare un dispetto, per ostinazione – atteggiamento che, al contrario dell'interpretazione data al fenomeno dalla Psicologia Individuale, Charlotte Bühler ² considera una fase naturale dello sviluppo – sia per scarso interesse per le reazioni al-

trui, che fa parte, ovviamente, dello scarso interesse sociale. Altri autori, nel disperato tentativo di attribuire comportamenti anomali quali la ritenzione delle feci o l'enuresi notturna alla libido sessuale o a istinti sadici, credono di aver individuato strati primitivi o addirittura più profondi della vita psichica, scambiando così l'effetto con la causa. Ma commettono anche un altro errore. Poiché disconoscono lo stato psichico di base di questi bambini, il loro esagerato bisogno di tenerezza, ritengono che la funzione evolutiva degli organi vada acquisita sempre di nuovo. Invece lo sviluppo di queste funzioni è un dettato della natura, è una conquista naturale dell'uomo, come la deambulazione in stazione eretta e come il linguaggio. Ma nel mondo immaginario dei bambini viziati esse possono venir eluse, come il divieto di incesto, per segnalare il loro desiderio di privilegio, per sfruttare il prossimo o, nel caso questo diritto non si verifichi, per vendetta o per protesta.

I bambini viziati si rifiutano inoltre di modificare la loro appagante situazione, con molti espedienti. Tuttavia quando tale modifica avviene, possiamo sempre osservare quelle azioni e reazioni contrarie che in un modo o nell'altro (prevalentemente attivo o prevalentemente passivo) portano al risultato voluto. Attacco o arretramento che sia, il modo dipende soprattutto dal grado di attività del soggetto, ma anche dalla situazione esterna (fattore esogeno) che deve essere risolta. Servono da modello successi precedentemente raggiunti in casi analoghi, che alcuni autori definiscono sbrigativamente e superficialmente «regressione». Altri autori vanno oltre e tentano di far risalire il complesso psichico, che oggi sappiamo essere una sicura e permanente acquisizione dell'evoluzione, a residui di tempi primitivi, arrivando a ipotizzare fantasiose concordanze. Vengono tutti fuorviati dal fatto che, specie se non si tiene conto della povertà del nostro linguaggio, le forme di espressione dell'uomo presentano un'analogia in tutti i tempi. Viene colta una analogia diversa solo quando tutte le forme di espressione dell'uomo vengono riferite alla sessualità.

Io ho spiegato come, fuori del loro ambiente, i bambini viziati si sentano costantemente minacciati, in territorio nemico. Tutti i

diversi elementi che compongono il loro carattere, prima di ogni altro il loro smisurato amore per se stessi, il loro, spesso quasi inimmaginabile, narcisismo non possono non coincidere con l'opinione che essi hanno della vita. Ovviamente tutti questi aspetti del carattere sono prodotti artificiali, acquisiti e non innati. Va da sé che tutti gli aspetti del carattere, al contrario di come la pensano i caratterologi, derivano dallo stile di vita creato dal bambino. Si risolve così anche l'antica controversia se l'uomo, per sua natura, sia buono o malvagio. L'inarrestabile progresso, in senso evolutivo, del senso sociale ci autorizza a ipotizzare che l'esistenza-sopravvivenza dell'umanità sia inscindibilmente legata alla «bontà». Ciò che sembra dimostrare il contrario è imputabile ad errori nel corso dell'evoluzione; nel grande campo di sperimentazione della natura è sempre esistito, nelle specie animali, materiale non utilizzato. Ma i caratterologi dovranno ben presto decidersi a riconoscere che i caratteri «coraggiosi, virtuosi, pigri, ostili, fermi ecc.» sono sempre rivolti verso il mondo esterno, un mondo che si modifica continuamente, e ammettere che senza questo mondo esterno detti caratteri semplicemente non esistono.

Come ho dimostrato, nell'infanzia anche altri due fattori impediscono, come l'educazione viziante, lo sviluppo del sentimento sociale. Anche tenendo presenti questi fattori negativi dobbiamo contestare una legge fondamentale causale, nei cui effetti noi vediamo unicamente un momento favorente, che si esprime in probabilità statistiche. Né possiamo trascurare la diversità-unicità dei fenomeni individuali. I due suddetti fattori negativi sono: l'abbandono del bambino a se stesso (trascuratezza da parte degli adulti) e la presenza nel bambino di organi mal funzionanti. Come l'educazione viziante, essi distolgono entrambi lo sguardo e l'interesse del bambino dalla «convivenza» per rivolgerlo ai pericoli che potrebbe correre e al proprio tornaconto. Come proveremo meglio più avanti, tutto ciò è assicurato per chi possiede sufficiente sentimento sociale, mentre è negato a chi non ne fruisce in misura sufficiente. Però, come è facile capire, la vicenda terrena contrasta con chi armonizza poco con essa.

Possiamo dire che il potere creativo del bambino può

superare, con maggiore o minore successo, tutti e tre questi fattori negativi che operano nella prima infanzia. Ogni successo o insuccesso dipende dal suo stile di vita, dall'opinione che esso ha della propria vita pur senza rendersene conto – come non se ne rende conto nessuno di noi. Come abbiamo menzionato la probabilità statistica delle conseguenze di questi fattori negativi, così dobbiamo constatare che anche i problemi della vita, grandi e piccoli, probabilmente traumatizzano ciascuno di noi con conseguenze che in qualche misura è possibile prevedere.

Il fatto che lo psicologo individuale, forte della propria esperienza e in virtù delle leggi della probabilità cui si appoggia, riesca a «indovinare» il passato di un soggetto meglio di ogni altro psicologo depone a favore della fondamentale scientificità del suo operato.

Nostro compito è quello di accertare se anche i problemi apparentemente secondari richiedano per essere risolti un sentimento sociale sufficientemente sviluppato. E qui ci imbattiamo subito nella posizione del bambino nei confronti del padre. Sarebbe normale un interesse pressoché uguale tanto per la madre che per il padre. Possono allontanare il figlio dal padre, impedendo la crescita del suo sentimento sociale, circostanze esterne, la personalità del padre, l'educazione viziante da parte della madre, o anche malattie e relative difficoltà nello sviluppo fisico, la cui cura ricade prevalentemente sulla madre. Un energico intervento del padre inteso a prevenire le conseguenze dell'azione viziante da parte della madre non fa che aumentare la possibilità di allontanamento. Lo stesso dicasi per la tendenza della madre (che spesso non si rende conto di ciò che fa) ad attirare il bambino dalla propria parte. Quando è soprattutto il padre a viziare, il bambino si volge verso di lui, allontanandosi dalla madre. Questo avviene sempre in una *seconda fase della vita* del bambino e denuncia la tragicità della situazione creata dalla madre. Il bambino viziato che si attacca alla madre diventa, prima o poi, un parassita che si aspetta da lei il soddisfacimento di tutti i propri desideri, compresi quelli sessuali, in particolare quando l'istinto sessuale si sveglia in un bambino che non ha ancora imparato a dominare i desideri, ma

si aspetta che la madre soddisfi tutti i suoi bisogni. Quello che Freud ha definito complesso di Edipo, complesso che egli ritiene essere la base naturale dello sviluppo psichico, altro non è che uno dei *tanti comportamenti anomali nella vita di un bambino viziato*, strumento passivo alla mercé dei propri desideri. A parte il fatto che Freud con irremovibile ostinazione rappresenta il rapporto fra madre e figlio con un'immagine che si basa, a suo avviso, sul complesso di Edipo. Allo stesso modo con cui ci rifiutiamo di condividere questa opinione respingiamo anche l'idea di quegli autori, non pochi, secondo i quali le femmine per natura si attaccano maggiormente al padre, i maschi maggiormente alla madre. Quando un bambino viziato assume tale atteggiamento, significa semplicemente che ha capito quale sarà il ruolo che il suo sesso avrà in un futuro lontano e si prepara attivando l'istinto sessuale come per gioco. Un istinto sessuale precocemente desto e pressoché irrefrenabile è indizio di forte egocentrismo, rivela che il bambino (si tratta, ovviamente, di un bambino viziato) è incapace di rinunciare all'appagamento di ogni suo desiderio.

Anche l'atteggiamento assunto dal bambino nei confronti dei fratelli può rivelare il grado della sua capacità di contatto. I tre gruppi di bambini sopra caratterizzati considerano quasi sempre il fratello più piccolo un ostacolo che impedisce loro di primeggiare. Gli effetti sono diversi, però nel periodo formativo del bambino essi lasciano tutti una traccia profonda, che sarà riconoscibile in tutta la sua vita come elemento del suo carattere. Nei casi più evidenti essa assume la forma di un costante desiderio di emergere e dominare, in quelli meno pronunciati la forma di una continua tendenza a trattare gli altri come inferiori. Il grado di competitività dipende in forte misura dai successi o insuccessi riportati. Ma l'impressione di essere stato scalzato dalla propria posizione dal fratello più piccolo rimarrà indelebile, insieme alle sue conseguenze, per tutta la vita.

Un'altra situazione riguarda il comportamento del bambino nei confronti della malattia e l'atteggiamento che esso decide di assumere. Specie nel caso di malattie gravi il bambino tiene conto del comportamento dei genitori. Le malattie della prima infanzia – rachitismo, polmonite, pertosse, chorea minor, scarlattina ecc. –

durante le quali il bambino ha modo di constatare l'indole ansiosa dei genitori, possono non solo apparirgli più gravi di quanto non siano, ma anche abituarlo ad essere viziato e a ritenersi importantissimo ed esonerato per sempre dal dovere di cooperare; inoltre incrementano in lui la tendenza a compiacersi delle proprie malattie e a lamentarsi. Infatti quando, una volta guarito, l'inconsueta tendenza viziante viene a cessare, il bambino spesso mette il broncio e si comporta come se una sensazione di stanchezza, l'inappetenza o una tosse ostinata (frequentemente inspiegabile) fossero disturbi intollerabili, per cui vengono ritenuti a torto postumi della malattia. Il bambino tende a conservare il ricordo della sua malattia per tutta la vita e insieme ad esso la convinzione di avere acquisito il diritto ad essere risparmiato o di meritare, sempre e ovunque, delle attenuanti per il suo comportamento. Non dobbiamo dimenticare che in questi casi l'assenza di contatto con quanto avviene all'esterno potenzia la sfera dei sentimenti e delle emozioni. Un'ulteriore prova della sua capacità di cooperazione, a parte il modo in cui il bambino si comporta in casa (si rende utile, dà una mano quando occorre?) e nel gioco (cameratescamente o no?), viene data quando egli entra nella scuola materna o nella scuola elementare. In questi ambienti è possibile osservarlo bene. Essi segnalano una insufficiente preparazione a cooperare, il grado di irritazione (nervosismo, eccitazione) del bambino, le forme di rifiuto che adotta, il suo autoisolamento, la sua mancanza di interesse, di concentrazione e molti altri atteggiamenti «antiscolastici»: tendenza ad arrivare tardi, a disturbare, ad assentarsi, a smarrire in continuazione penne, matite ecc. e a occupare il tempo in attività senza costrutto invece di fare i compiti. Tali atteggiamenti si spiegano solo se si ipotizza la presenza di un marcato sentimento di inferiorità, che può dar luogo o al complesso di inferiorità sopra descritto, caratterizzato da timidezza e stati di nervosismo accompagnati da ogni genere di sintomi fisici e psichici, o a un autistico complesso di superiorità, caratterizzato dall'assenza di cameratismo (voglia di litigare, di fare il guastafeste ecc.). Qui non si tratta certo di coraggio, al contrario. Tanto è vero che, appena si chiede loro di

dare un contributo in un lavoro utile, anche i bambini più arroganti si comportano da codardi. La propensione per la menzogna li rende inclini al furto, per esempio. Sono tutti atteggiamenti che tendono a compensare il loro sentimento di inferiorità. Il confronto con bambini più bravi e più virtuosi non produce alcun miglioramento, anzi li fa diventare ancora peggiori, fino a renderli totalmente incapaci di rendimento scolastico. L'ambiente scolastico mette alla prova il bambino più di ogni altro ambiente, rivela la sua natura e il suo grado di capacità a cooperare fin dal primo giorno. Ma è al contempo il luogo nel quale un insegnante intelligente e perspicace può migliorare il sentimento sociale del bambino. Questa esperienza mi ha indotto a organizzare nelle scuole dei centri di consultazione psicologica, che aiutano il docente a individuare il modo migliore per educare i bambini difficili.

Ovviamente anche il successo negli studi dipende dal sentimento sociale del bambino, poiché di esso fa parte, tra l'altro, la prospettiva della forma che la sua vita assumerà in seno alla comunità. I problemi dell'amicizia, così importante per la futura convivenza, del cameratismo, che presuppone un carattere fedele, fidato, pronto a collaborare, che prova interesse per l'umanità, per lo Stato, per il popolo, si apprendono a scuola e perciò necessitano di accorta cura da parte dei docenti. La scuola ha il compito e la possibilità di inculcare e promuovere il senso della collettività. L'insegnante che ne è convinto saprà far capire al bambino perché è necessario essere «socievoli». Rivolgendosi a lui con tono amichevole gli spiegherà quali sono le cause della sua mancanza di sentimento sociale e gli insegnerà come fare per correggersi, per avvicinarsi alla comunità. Se troverà le parole giuste riuscirà a convincerlo che il suo futuro, come quello di ognuno di noi, dipende dal grado di senso sociale che egli ha maturato, e che i grandi errori, difetti e insuccessi dell'umanità: guerre, pena di morte, odio per razze e l'odio fra nazioni, come pure nevrosi, suicidio, criminalità, etilismo ecc., sono imputabili a carenza di sentimento sociale, sono tentativi scorretti e inadeguati di risolvere le situazioni, dettati da complessi di inferiorità.

Anche il problema sessuale, che oggi emerge così

prepotentemente, può confondere le idee ai ragazzi. Non a quelli abituati a coope-rare. I ragazzi avvezzi a considerare se stessi parte del tutto sono aperti, non si tengono dentro i segreti eccitanti che vanno via via scoprendo ma, a differenza di quelli che hanno visto situazioni di conflitto nella propria famiglia, ne parlano coi genitori e chiedono consigli agli insegnanti. I figli di genitori in conflitto fra loro, e soprattutto i ragazzi viziati, sono molto più vulnerabili, molto più facili da conquistare, sono facilissima preda di ogni genere di tentazione e seduzione. I genitori riescono a spiegare al ragazzo come stanno realmente le cose solo se in famiglia regna una buona convivenza. Il ragazzo deve sapere ciò che desidera sapere, ma le cose gli vanno spiegate col dovuto tatto, affinché possa digerirle senza esserne traumatizzato. Non bisogna esitare né avere troppa fretta nel chiarire le cose che riguardano il sesso. Evitare che a scuola i bambini parlino di sesso è impossibile. Tuttavia il bambino che pensa con la propria testa, indipendente, abituato a guardare al futuro con gli occhi bene aperti, rifiuterà le oscenità e non crederà alle sciocchezze. Naturalmente insegnargli a diffidare dell'amore e a temere il matrimonio è un grosso errore. Può temere l'amore e il matrimonio solo un ragazzo che non sa cosa significa pensare con la propria testa, che è stato viziato, che è dipendente.

La pubertà, altro problema esistenziale, è ritenuta da molti un mistero insondabile. Anche nell'adolescenza in realtà osserviamo solo ciò che nell'infanzia era latente. Il bambino privo di sentimento so-ciale diventa un adolescente privo di senso sociale che, avendo a disposizione uno spazio d'azione maggiore e maggior forza, sente il bisogno di dimostrare – in un modo per lui gratificante – o che non è più un bambino o che lo è ancora. Se lo sviluppo del suo sentimento sociale è stato ostacolato, l'impronta antisociale del suo atteggiamento si evidenzierà maggiormente. Molti adolescenti per far credere di essere adulti adottano più facilmente gli atteggiamenti negativi che quelli positivi degli stessi, perché è più facile fare così che, per esempio, mettersi al servizio della società. Ma così facendo possono cadere vittime di vizi di ogni genere. Ovviamente sono molto più vulnerabili i ragazzi che sono

stati viziati perché, essendo stati abituati a soddisfare subito ogni desiderio, trovano difficoltà a resistere alle tentazioni, per cui cadono facil-mente in balia di lusinghe di ogni genere. Anche le ragazze che in casa vengono represses finiscono per credere di valere qualcosa solo quando vengono lusingate.

Il bambino, quando dalle retrovie dell'infanzia si avvicina al fronte della vita, si vede messo a confronto coi tre grandi problemi esistenziali: società, lavoro e amore, che per essere risolti richiedono tutti e tre un forte interesse per il prossimo. Pertanto la preparazione in tal senso è determinante; in chi non è stato educato ad amare il prossimo si osservano misantropia, antipatia-odio-diffidenza per gli altri, desiderio di danneggiarli, vanità, ipersensibilità, inganno, menzogna, adulazione, ambizione, malvagità e molti altri atteggiamenti negativi. Mentre chi è stato educato alla socialità farà amicizia facilmente, si interesserà a tutti i problemi che affliggono l'intera umanità e opererà a vantaggio del bene comune. Non cercherà il successo emergendo, nel bene o nel male. La sua vita nella società sarà caratterizzata dal desiderio di far bene e, se necessario, combatterà contro coloro che danneggiano la comunità.

La superficie terrestre su cui viviamo obbliga l'umanità al lavoro ed alla divisione del lavoro. Qui il sentimento sociale si esprime come cooperazione per la comune utilità. L'uomo sociale non dubiterà mai che a ciascuno è dovuto il giusto compenso per il lavoro che ha svolto e sa che lo sfruttamento della vita e del lavoro altrui non può giovare all'umanità. Non dobbiamo dimenticare che i vantaggi di cui oggi godiamo sono frutto dell'operato dei nostri progenitori che hanno agito per il bene dell'umanità. La grande idea sociale, che si esprime anche nelle religioni e nelle grandi correnti politiche, promuove la divisione ottimale del lavoro e del consumo. Chi fabbrica scarpe si rende utile agli altri e ha giustamente diritto a condurre una vita decorosa e a educare i propri discendenti in modo adeguato. In una società di evoluti scambi commerciali il danaro che riceve in cambio delle sue prestazioni chi compie un lavoro socialmente utile rappresenta il riconoscimento del suo valore, lo fa sentire importante per la

comunità. Solo questa sensazione può mitigare il senso d'inferiorità di cui soffre. Chi fa un lavoro utile in una società evoluta ne promuove l'ulteriore evoluzione. Questa correlazione è così stretta che orienta il giudizio di tutti. Nessuno più definirà virtuoso un comportamento che virtuoso non è. Anche il diritto a sopravvivere e a vivere in modo decoroso di chi ha perso il lavoro non per colpa sua (crisi, iperproduzione) oggi è riconosciuto da tutti. E tale riconoscimento è conseguenza del sempre maggiore sentimento sociale. Ma anche in futuro i cambiamenti (indispensabili o meno) del modo di produrre e di ripartire i beni dovranno obbedire sempre più ai dettami del senso sociale.

Nell'amore, che comporta marcate gratificazioni fisiche e psichiche, il sentimento sociale sembra fungere da artefice, diretto o indiretto, del destino. Come nell'amicizia e nel rapporto con un fratello o un genitore, nell'amore l'assunto riguarda due persone, in questo caso di sesso diverso e interessate alla propagazione della specie. Forse nessuno dei problemi esistenziali tocca da vicino il benessere del singolo nella società quanto il problema dell'amore. Un compito che investe due persone non può essere assolto nello stesso modo in cui viene assolto il compito che ne investe una sola. Nella coppia ognuno dei partner deve dimenticare se stesso per dedicarsi all'altro e appagarlo totalmente sui piani fisico e psichico. I due partner debbono diventare una sola persona. La stessa necessità si evidenzia in qualche misura nei rapporti di amicizia o quando due persone danzano, giocano o lavorano insieme. Anche in queste situazioni è importante bandire ogni pretesa di superiorità, ogni dubbio, ogni pensiero o sentimento ostile. Ma l'amore, data la sua complessa struttura, che contempla fra l'altro la perpetuazione della specie, la produzione di una discendenza sempre migliore, presuppone per sua natura l'attrazione fisica, per cui influenza una scelta del partner che ha necessariamente connotazioni estetiche.

Quindi l'evoluzione, che ne siamo consapevoli o meno, poiché ci fa vedere nel partner l'ideale superiore, pone il nostro senso estetico al servizio dello sviluppo dell'umanità. Oltre all'uguaglianza fra uomo e donna, oggi spesso ancora

misconosciuta, in amore è indispensabile la reciproca dedizione (Gefühl der Hingebung aneinander). Questo sentimento di devozione (Gefühl der Devotion) viene spesso molto frainteso dagli uomini, e più ancora dalle donne, cioè è considerato una forma di subordinazione, per cui blocca ogni slancio nelle persone il cui stile di vita contempla l'autistica superiorità. La insufficiente preparazione alla convivenza a due, la non consapevolezza della parità dei partner e la incapacità di dedizione sono tipiche dei soggetti che non sono stati educati alla socialità. Le difficoltà che incontrano in questo assunto li induce a cercare soluzioni più facili, a evitare il matrimonio, che invece, data la monogamia su cui si basa, rappresenta il migliore adattamento attivo all'evoluzione. Inoltre la struttura dell'amore, sopra descritta, poiché è un processo e non il punto d'arrivo di uno sviluppo, che deve agire sui figli educandoli incessantemente a promuovere il bene dell'umanità, richiede decisioni definitive. La banalizzazione dell'amore, che ha luogo nella promiscuità, nella prostituzione e nel comodo nascondiglio della cultura notturna, priva l'amore di tutta la sua grandezza, di tutto il suo splendore, di tutto il suo estetico incanto. Il rifiuto di una alleanza permanente semina dubbi e diffidenza tra i partner e li rende incapaci di donarsi senza riserve. Analoghe difficoltà si evidenziano, quali segni di insufficiente socialità, in tutti gli amori e matrimoni infelici, situazioni che solo una correzione dello stile di vita può migliorare. Ma la banalizzazione dell'amore, conseguenza di scarso senso della comunità, può anche favorire la promiscuità, con la relativa diffusione delle malattie veneree, e distruggere la vita sia del singolo che della famiglia. Va da sé che talvolta è opportuno o necessario sciogliere un vincolo d'amore o un matrimonio. Però non a tutti può essere riconosciuta la capacità di valutare queste situazioni in modo corretto. La loro soluzione spetta a uno psicologo esperto che le sappia giudicare nell'ottica del sentimento sociale. Oggi è particolarmente sentito anche il problema della prevenzione delle nascite. Probabilmente ha ridotto in forte misura il sentimento sociale il fatto che l'umanità finora si è riprodotta senza porsi alcun limite. Oggi indubbiamente siamo troppi e l'enorme sviluppo della tecnica rende superflue

molte braccia, per cui l'offerta di lavoro è diminuita in misura cospicua. Tutto ciò dissuade da un'ulteriore moltiplicazione a breve scadenza. Inoltre il benessere e la salute della madre come pure la formazione culturale della donna sono oggetto di maggiore considerazione che in passato. Oggi la tecnica consente sia all'uomo che alla donna di dedicare più tempo alla cultura, al riposo, allo svago e all'educazione dei figli. Ma il tempo libero in futuro aumenterà ulteriormente e, se ben impiegato, contribuirà in forte misura al benessere del singolo e della famiglia. Di conseguenza oggi l'amore non ha più solo il compito di provvedere alla perpetuazione della specie, ma anche un ruolo da esso indipendente: contribuire ad elevare la persona, ad assicurare una felicità maggiore ed a promuovere il bene dell'umanità. Nessuna legge o formula potrà più frenare questo processo che, fra l'altro, distingue l'uomo dall'animale. Spetta unicamente alla donna, ben consigliata, decidere se e quando procreare. Per quanto concerne l'interruzione artificiale della gravidanza, l'interesse della madre e del bambino sarà meglio salvaguardato se, oltre al parere medico, ci sarà quello di un consulente psicologico competente in grado di valutare se i motivi addotti siano futili e di acquisire, qualora esistano, valide motivazioni per l'interruzione di gravidanza. E quando è giustificata, dev'essere praticata sempre gratuitamente e in un istituto.

Per la corretta scelta del partner però, oltre che dell'idoneità e dell'attrazione fisica, occorre tener conto principalmente dei seguenti fattori, che rivelano il grado di sentimento sociale:

- il partner deve aver dimostrato che sa tener fede all'amicizia; deve provare interesse per il proprio lavoro;
- deve nutrire più interesse per il partner che per se stesso.

Il rifiuto di procreare può dipendere da puro e semplice egoismo, legato in fondo a mancanza di senso sociale. Per esempio, una ragazza viziata o preoccupata unicamente del proprio aspetto esterno cercherà in mille modi di evitare una gravidanza per la deformazione fisica che questa comporta. Un'altra donna potrà essere bloccata da un confronto con ogni rivale, specie se si è sposata senza amore. In molti casi ha un ruolo nefasto nelle

funzioni femminili e nel rifiuto della gravidanza la «protesta virile». Questo atteggiamento della donna di protesta verso il ruolo del proprio sesso, che io ho segnalato e descritto per primo e che provoca spesso disturbi mestruali e alterazioni funzionali della sfera sessuale, deriva sempre dalla insoddisfazione per un ruolo che già nella famiglia di origine era considerato meno importante, però viene sostanzialmente incentivato dalla nostra cultura imperfetta che, in modo palese o latente, cerca di attribuire alla donna un rango in sottordine. Così in molti casi anche la comparsa della mestruazione nonostante la difesa opposta dalla ragazza può dar luogo a disturbi di ogni genere – ulteriore prova della sua insufficiente preparazione alla cooperazione. Quindi la «protesta virile», che nelle sue molteplici forme (fra l'altro l'aspirazione ad assumere il ruolo del maschio) può portare all'amore lesbico, non è che il prodotto di un complesso di superiorità che cerca di correggere un complesso di inferiorità basato sul ritenersi «soltanto una ragazzina».

Durante la pubertà, contemporaneamente alla scarsa preparazione al lavoro, alla professione e alla convivenza civile, emergono anche altre forme di diminuzione dell'interesse sociale. La forma più grave è la *dementia praecox* che comporta un isolamento pressoché totale, un distacco quasi assoluto dai bisogni della comunità. Kretschmer ha scoperto che questa malattia psichica è collegata a menomazioni degli organi, integrando così la mia scoperta dell'importanza delle condizioni degli organi all'inizio della vita. Però Kretschmer non tiene conto dell'incidenza della presenza di organi mal funzionanti nella costruzione dello stile di vita, che invece la Psicologia Individuale ha evidenziato. Anche la degenerazione in nevrosi diventa più frequente sotto l'incalzare delle circostanze esterne che richiedono una preparazione a cooperare. Lo stesso vale per il suicidio, che corrisponde alla resa totale e alla totale condanna dei compiti che la vita ci assegna. L'alcolismo, quale espediente per sottrarsi alle richieste sociali, come pure la morfinomania e la cocainomania sono tentazioni alle quali il soggetto impreparato, via via che i problemi si fanno più pressanti, difficilmente sa resistere. Finiscono in balia di questi vizi

le persone che sentono il bisogno di essere viziate e di sfuggire ai doveri che la vita comporta. Lo stesso discorso vale per i criminali che, oltre ad essere privi di senso sociale, si comportano da codardi già nell'infanzia. Perciò nessuna meraviglia se nella pubertà emergono con particolare evidenza anche le perversioni, che chi ne è affetto attribuisce di solito alla ereditarietà. Come molti autori, le ritiene congenite o acquisite attraverso un'esperienza, mentre in realtà esse sono frutto di una educazione sbagliata e insieme, sempre, un chiaro indizio di assenza di sentimento sociale³.

Evidenzia l'insufficiente sentimento sociale di questi individui anche il loro modo di gestire il proprio matrimonio, la propria professione, le circostanze luttuose (quando perdono una persona cara considerano morto il mondo intero, finiscono per perdere anche l'ultimo residuo di interesse per gli altri), il crac economico, le delusioni in generale. Quando vengono sottoposti a tensioni si rivelano totalmente incapaci di far fronte a qualsiasi situazione. Nemmeno la perdita della loro posizione li induce a rivolgersi alla comunità, anzi – sconcertandoli del tutto – li porta ad agire contro la società.

Infine un ultimo indizio: la paura della vecchiaia e della morte. Chi sa che continuerà a vivere nell'immagine dei propri figli ed è consapevole del valore del proprio contributo allo sviluppo della cultura, non ha paura né di invecchiare né di morire. Mentre molto spesso osserviamo paura del decadimento fisico, dell'alterazione psichica e della cancellazione definitiva in chi non ha queste certezze. Molte donne, specie quelle che ravvisano il proprio valore nella giovinezza e nella bellezza, non nella capacità di cooperare, temono la menopausa al punto che talvolta cadono in depressione. È indubbio che il livello finora raggiunto dalla nostra cultura non ha ancora creato per uomini e donne attempati lo spazio che loro compete. E gli anziani hanno l'inviolabile diritto di crearsi questo spazio. Purtroppo però molti di essi dimostrano scarsa volontà di cooperare, si erigono a giudici, spesso a torto, pretendono di insegnare tutto a tutti e si lamentano oltre misura, concorrendo così a creare quell'atmosfera che vorrebbero esorcizzare.

Chi ha un po' di esperienza ed è capace di riflettere con calma

sa molto bene che in realtà i problemi esistenziali ci mettono continuamente alla prova in ogni età e rivelano il grado del nostro sentimento sociale.

¹Si veda la nota a p. 409 de *La tecnica della Psicologia Individuale* (n.d.c.).

²Viktor Fadrus, dal 1919 direttore dell'Istituto Pedagogico di Vienna, reclutò Karl e Charlotte Bühler, docenti di psicologia a Dresda. Una volta a Vienna questa coppia di ricercatori fondò l'Istituto di Psicologia che vide fra i suoi allievi, fra gli altri, Romena Ripin Ansbacher, Bruno Bettelheim, René Spitz. Quest'Istituto vide fra i suoi docenti anche Anna Freud (n.d.c.).

³Alfred Adler (1917), *Das Problem der Homosexualität*, Lipsia, S. Hirzel, 1930 [trad. *Psicologia dell'omosessualità*, Roma, Newton Compton, 1994].

4. Il problema corpo-anima

È certo che tutto ciò che definiamo corpo mostra di aspirare a diventare un tutto. Da questo punto di vista l'atomo può essere paragonato alla cellula vivente. Entrambi sono dotati di forze, latenti o palesi, che portano in parte a circoscrivere e delimitare, in parte a inglobare altri elementi. La principale differenza sta nel metabolismo della cellula rispetto all'autosufficienza dell'atomo. Il movimento all'interno e all'esterno della cellula e dell'atomo non presenta sostanziali differenze. Anche gli elettroni si muovono incessantemente, non conoscono requie, e la tendenza all'inattività, che Freud postula per la sua concezione della pulsione di morte, in natura in realtà non esiste. Distingue in modo macroscopico la cellula dall'atomo il processo di assimilazione ed eliminazione che ha luogo nella prima, con conseguenti crescita, conservazione della forma, moltiplicazione e spinta a raggiungere una forma ultima ideale¹.

Se si fosse trovata in un ambiente ideale, cioè capace di assicurarle l'eterna autoconservazione – cosa comunque impensabile – la cellula vivente non si sarebbe mai modificata. È stata costretta a compiere quello che definiamo «processo vitale» dalle difficoltà, che nel caso più semplice possiamo immaginare di natura fisica. Le miriadi di differenze che riscontriamo nella natura, sicuramente presenti anche nell'ameba, consentono di assumere la forma migliore, cioè di trovare il migliore adattamento, agli individui meglio dotati. In miliardi di anni la vita sulla Terra è riuscita a strutturare l'uomo partendo dalla cellula più semplice e a far scomparire milioni di esseri viventi incapaci di fronteggiare le aggressioni da parte dell'ambiente.

In questa concezione, che concilia la teoria di Darwin con quella di Lamarck, il «processo vitale» dev'essere concepito come

un movimento diretto a raggiungere un'eterna meta di adattamento alle richieste del mondo esterno.

In tale movimento mirato, che non può mai arrestarsi, perché le richieste del mondo esterno non possono ottenere e non ottengono mai risposte del tutto soddisfacenti da esseri che esso stesso ha creato, si deve sviluppare anche quella facoltà (funzione) che – a seconda dei diversi punti di vista – definiamo anima, spirito, psiche o raziocinio, insito in tutte le altre «facoltà psichiche». E anche se ci muoviamo su un terreno trascendentale quando consideriamo il processo vitale, dobbiamo affermare, senza abbandonare il nostro punto di vista, che la psiche o anima, in quanto parte di questo processo, non può non possedere lo stesso carattere fondamentale che possiede la sua matrice, la cellula che l'ha generata. Questo carattere fondamentale si identifica con l'incessante confronto con le richieste del mondo esterno, confronto teso a vincere la morte, a raggiungere una adeguata ultima forma ideale e, insieme alle forze fisiche preparate allo scopo nell'evoluzione (con reciproco influsso e aiuto), anche una meta di superiorità, di perfezione, di sicurezza. Lo sviluppo evolutivo sia del corpo che della psiche mira a vincere le difficoltà attraverso la corretta soluzione dei problemi posti dal mondo esterno. Ogni soluzione sbagliata, imputabile a uno sviluppo fisico o psichico inadeguato, è una sconfitta che può determinare addirittura la scomparsa dell'individuo; ma oltre all'individuo può danneggiare anche i suoi discendenti, famiglie, popoli e razze. Spesso (nell'evoluzione sempre) quando vengono superate queste difficoltà possono fruttare grandi vittorie e creare grandi capacità di resistenza. Questo crudele processo di autopurificazione però cancella dalla faccia della Terra un'enorme quantità di piante, animali ed esseri umani. Gli organismi che oggi appaiono dotati di capacità di resistenza anche solo modeste sono quelli che hanno superato la prova ². Ne deriva che il processo fisico corrisponde in realtà a uno sforzo teso a mantenere in qualche modo in equilibrio il rapporto fra il corpo e le sue prestazioni affinché possa far fronte alle richieste del mondo esterno. Se valutiamo questi processi unilateralmente arriviamo a ipotizzare un'«intelligenza del corpo»

³. Ma anche il processo psichico, per poter risolvere i problemi posti dal mondo esterno, deve essere «intelligente», cioè favorire un costante equilibrio attivo fra corpo e psiche. Provvede entro certi limiti ad assicurare l'equilibrio il grado di evoluzione raggiunto, provvede a incentivare l'attivismo la meta di superiorità, maturata nell'infanzia, lo stile di vita. Quindi *legge fondamentale della vita è il superamento* (Überwindung) ⁴. Ad essa ubbidiscono l'istinto di autoconservazione, l'impellente bisogno di equilibrio fisico e psichico, la crescita del corpo e della psiche e l'aspirazione alla perfezione.

L'istinto di conservazione comprende e considera: la capacità di riconoscere ed evitare gli errori e i pericoli; la riproduzione, che vince la morte, assicurando la sopravvivenza della specie; la cooperazione, che consente l'evoluzione dell'umanità, dove il collaboratore immortale è lo spirito; e la socialità, per la quale i singoli collaborano, operando insieme.

Evidenzia l'opera prodigiosa dell'evoluzione il modo in cui il corpo provvede incessantemente a conservare, riparare, integrare e sostituire tutte le parti vitali. La coagulazione del sangue in caso di ferite sanguinanti, la conservazione, assicurata entro limiti amplissimi, dell'acqua, degli zuccheri, del calcio, delle proteine e della rigenerazione del sangue e delle cellule, l'attività sinergica delle ghiandole endocrine sono frutto dell'evoluzione e danno testimonianza della capacità che ha l'organismo di resistere agli attacchi dei fattori esterni nocivi. Il mantenimento e l'esaltazione di tale capacità è il risultato dell'ampia mescolanza di sangue che ha permesso di ridurre le caratteristiche negative e di potenziare quelle positive. Anche qui è venuta in soccorso ed è stata vittoriosa l'aggregazione degli esseri umani, la formazione della società. La proibizione dell'incesto non ha rappresentato altro che il sancire come indiscutibile quest'esigenza della società.

L'equilibrio psichico è in continuo pericolo. Poiché l'uomo aspira alla perfezione, la sua psiche è costantemente in movimento e avverte la propria pochezza nei confronti della meta da raggiungere. Solo la sensazione di aver conseguito una posizione sufficientemente avanzata in questo sforzo permette all'uomo di

avvertire il proprio valore e gli trasmette un sentimento di tranquillità e di felicità. Quindi essere *uomini significa avvertire un sentimento di inferiorità che esige di essere superato*. Le vie del ricercato superamento sono mille volte differenti l'una dall'altra come differenti sono le mete di perfezione che vengono ricercate. Maggiore è il sentimento di inferiorità, maggiore è la spinta verso il superamento, ma è più forte anche il moto dei sentimenti e delle emozioni, che mette in serio pericolo l'equilibrio fisico. Il corpo è influenzato da tutto ciò in vari modi: attraverso il sistema neurovegetativo, il nervo vago, le modificazioni endocrine, che producono modificazioni della circolazione del sangue, delle secrezioni, del tono muscolare e di quasi tutti gli organi. Quando queste modificazioni sono transitorie, sono normali e sono diverse fra loro in rapporto allo stile di vita. Quando persistono si parla invece di nevrosi funzionali con somatizzazioni. Queste, come le psiconevrosi, sono imputabili a uno stile di vita che quando si profila la possibilità di un insuccesso, quando il senso di inferiorità è particolarmente accentuato, tende ad arrendersi, a non affrontare i problemi, a battere in ritirata e ad assicurarsi il ripiegamento rendendo persistenti i sintomi da shock, fisici o psichici, che si manifestano. Quindi si tratta di malattie psicosomatiche perché il processo psichico agisce sul corpo. Ma lo stesso processo agisce anche sulla psiche, dove dà adito a tutti gli errori, azioni e omissioni che ostacolano lo sviluppo della socialità.

Il corpo a sua volta influenza i processi psichici. Costruiscono lo stile di vita le nostre esperienze della prima infanzia ma in primo luogo la struttura fisica che ereditiamo. Nei suoi movimenti iniziali il bambino sperimenta il grado di validità dei propri organi fisici in base alle proprie prestazioni. Lo sperimenta, però non è ancora in possesso degli strumenti (parole, concetti) necessari per esprimerlo. Poiché anche il rapporto con l'ambiente è molto diverso, l'opinione del bambino sulle proprie capacità di prestazione rimane per sempre sconosciuta. Solo chi sa valutare le probabilità statistiche e procede con grande cautela è in grado di trarre conclusioni, basandosi su quanto sappiamo del cattivo funzionamento dell'apparato digerente, dell'apparato circolatorio, degli organi

respiratori, delle ghiandole endocrine ed esocrine, degli organi di senso (stato di inferiorità degli organi), su ciò che il bambino sperimenta all'inizio della vita. Possiamo valutare il modo in cui il bambino cerca di superare lo stato di inferiorità dei propri organi solo osservando il modo in cui si comporta; ogni considerazione causale è inutile. Qui agisce il potere creativo del bambino. Egli opera e decide per la propria vita e sviluppa la propria legge dinamica intervenendo attivamente o rimanendo passivo, dominando o servendo, in modo egoistico o aperto, coraggioso o vile, diverso nel ritmo e secondo il temperamento, muovendosi agilmente o goffamente. Le vie che portano al superamento, alla vittoria, sono diverse da soggetto a soggetto, con mille sfumature, perciò dar loro un nome è impossibile. Mi limiterò a descriverle dettagliatamente. Se non possiede gli strumenti di indagine della Psicologia Individuale lo stesso soggetto non sa dirci con chiarezza dove porti la sua via. Spesso dice il contrario. Solo la legge che informa i suoi movimenti (la sua «legge dinamica»), che noi abbiamo individuato, ci consente di capire il significato delle sue espressioni, che possono essere parole, pensieri, sentimenti e azioni. Ma ci fa capire in quale misura anche il corpo ubbidisca a questa legge, il senso delle sue funzioni, un linguaggio quasi sempre più espressivo delle parole, ma pur sempre un linguaggio del corpo che io ho definito gergo degli organi ⁵. Per esempio il bambino che di giorno si comporta in modo corretto mentre di notte bagna il letto vuol far capire con tutta chiarezza che non intende adeguarsi alla cultura corrente. Così l'uomo che vorrebbe essere coraggioso, e forse crede anche di esserlo, però trema e ha il cardiopalmo, in realtà non è equilibrato, ha perso il controllo.

Una donna di 32 anni, sposata, accusa forti dolori alla regione orbitale sinistra e una diplopia che la costringe a tener chiuso l'occhio sinistro. Soffre di questi accessi da 11 anni; il primo l'ha colpita quando si era fidanzata con l'attuale marito. L'accesso in atto è comparso 7 mesi fa: il dolore ogni tanto scompare, mentre la diplopia rimane inalterata. La paziente attribuisce questa sindrome a un bagno freddo e pensa che gli attacchi precedenti siano stati

provocati da correnti d'aria. Un fratello più piccolo soffre di accessi analoghi, la madre lamenta una sintomatologia simile, postumo di un'influenza. Negli attacchi precedenti è stata talvolta interessata la regione orbitale destra.

Prima del matrimonio la paziente dava lezioni di violino e teneva concerti; amava la sua professione, che dopo il matrimonio aveva abbandonato. Attualmente per essere più vicina al suo medico vive in seno alla famiglia del cognato, dove si sente a suo agio.

Mi informa che, oltre a lei, molti altri membri della sua famiglia (in particolare il padre e alcuni fratelli) sono irritabili e irascibili. Si tratta dunque di una persona soggetta a cefalee, emicrania, nevralgia del trigemino e accessi epilettiformi⁶.

Come ultima cosa la paziente mi confessa che quando è agitata, per esempio quando deve incontrare una persona che non conosce, avverte l'impellente bisogno di urinare.

Nel mio lavoro sull'origine psichica della nevralgia del trigemino ho fatto presente che nei casi in cui non è possibile evidenziare cause organiche si riscontra sempre una forte tensione emotiva, che dà luogo ai molteplici sintomi sopra descritti; tensione attribuibile a una eccitazione dei nervi vasomotori e del sistema simpatico-adrenalinico, che causa sia i dolori sia, talora, fenomeni di paralisi, probabilmente attraverso la modificazione dei vasi sanguigni e dell'afflusso ematico. Inoltre ho ipotizzato che eventuali asimmetrie del cranio, delle due metà della faccia, delle vene e delle arterie del capo potrebbero segnalare la presenza di analoghe asimmetrie all'interno della calotta, a carico delle meningi e del cervello stesso, probabilmente responsabili del decorso e del calibro dei rispettivi vasi (vene e arterie). Forse presentano una struttura più debole in una delle due metà anche le fibre nervose e le cellule che le accompagnano. Se le cose stanno così bisognerebbe rivolgere particolare attenzione al decorso dei canali neurali, anch'essi sicuramente asimmetrici, che potrebbero risultare troppo stretti quando le vene e le arterie si dilatano. Ne è prova il fatto che nelle emozioni (ira, gioia, preoccupazione) il calibro dei vasi modifica la colorazione del volto e (nell'ira) il rigonfiamento visibile

delle vene del capo. Questo ci autorizza a pensare che tali modificazioni possano verificarsi anche negli strati profondi. Per chiarire tutte le implicazioni che sono in gioco in questo caso è necessario condurre ulteriori ricerche.

Ma quando, come in questo caso, possiamo dimostrare non solo una irascibilità determinata da uno stile di vita caratterizzato dalla imperiosità, ma anche il momento esogeno che precede l'accesso (l'ultimo è stato il più grave di tutti), siamo pure in grado di rilevare che esistono una tensione psichica costante che risale alla prima infanzia, un complesso di inferiorità e un complesso di superiorità, disinteresse per il prossimo ed egoismo sia nella vita corrente che nei ricordi e nei sogni. Il successo ottenuto col trattamento psicologico individuale, ci ha offerto una ulteriore prova del fatto che la cefalea nervosa, l'emicrania, la nevralgia del trigemino e gli accessi epilettiformi, quando (come nel nostro caso) non sono imputabili ad alterazioni organiche, possono essere curati modificando lo stile di vita del paziente, riducendo la sua tensione psichica, promuovendo il suo sentimento sociale.

Il bisogno impellente di urinare quando è in presenza di sconosciuti ci informa che la paziente si agita con eccessiva facilità e che la causa esogena del bisogno di urinare è l'incontro con gli estranei. Anche gli accessi di balbuzie, la cosiddetta febbre della ribalta e altri disturbi nervosi hanno questa duplice origine: tensione del soggetto più fattore esogeno. Anche in questa situazione si evidenzia un forte sentimento di inferiorità. Qui lo psicologo individuale ravvisa un forte desiderio di riconoscimento, di affermazione della propria superiorità da parte della paziente. Lei stessa dichiara di non provare alcun interesse per gli altri. Sostiene di non essere apprensiva, di riuscire a parlare con tutti, però, stranamente, si dilunga oltre misura sull'argomento e non lascia parlare, segno sicuro della sua eccessiva inclinazione a rappresentare se stessa. Nel matrimonio è lei che comanda, è lei il partner più forte che si secca per l'indolenza del coniuge, il quale lavora molto, la sera rientra tardi, ha bisogno di riposo e non ha voglia di uscire con la moglie per svagarsi. Se facesse l'attrice la paziente soffrirebbe di

«febbre della ribalta». Alla domanda importante, da me rivolta: cosa farebbe se si sentisse bene, se fosse sana? La paziente risponde in modo evasivo richiamando l'attenzione sui suoi frequenti mali di testa. La palpebra sinistra presenta una cicatrice, profonda, successiva a un intervento chirurgico sul seno etmoidale, cui è seguito dopo poco un accesso di emicrania. La paziente è convintissima che il freddo le fa male e può provocare questi accessi; ciononostante prima dell'ultimo attacco aveva fatto un bagno freddo. Gli accessi non sono preceduti da un'aura. All'inizio la paziente avverte a volte nausea. È stata visitata da diversi medici, che non hanno riscontrato alcuna alterazione organica. Radiografie del cranio, esami del sangue e delle urine sono risultati negativi. Esame ginecologico: utero infantile e anteflesso. Nel mio lavoro sullo stato di inferiorità degli organi¹ ho fatto presente che nei nevrotici spesso:

1. non si riscontrano menomazioni degli organi, constatazione confermata dai risultati delle ricerche di Kretschmer, 2. che quando queste sono presenti bisogna aspettarsi anche menomazioni degli organi sessuali, cosa che Kyrle, mancato purtroppo prematuramente, ha dimostrato. Qui ne abbiamo un esempio.

È stato accertato che la paziente, avendo assistito, da bambina, alla nascita di una sorellina, ha una paura folle del parto. Questo conferma la validità del mio ammonimento di non rivelare ai bambini tutto ciò che riguarda il sesso finché non si è sicuri che sono in grado di intendere le cose come vanno intese. Per giunta quando aveva 11 anni il padre la accusò ingiustamente di aver avuto rapporti sessuali col figlio di un vicino. Questo approccio col rapporto sessuale legato alla paura ha fatto sì che nel matrimonio la sua protesta contro l'amore assumesse la forma della frigidity. Prima del matrimonio aveva preteso che il fidanzato le promettesse che avrebbe rinunciato per sempre ai figli. I suoi accessi di emicrania e la paura di una gravidanza hanno ridotto al minimo il suo rapporto matrimoniale. Ma tale rapporto è reso difficile anche dal fatto che la paziente lo interpreta erroneamente come condizione di subordinazione della donna.

Oggi la concezione di sentimento di inferiorità e complesso di inferiorità, concezione fondamentale della Psicologia Individuale che un tempo gli psicoanalisti non volevano riconoscere, è accettata da Freud alla stessa stregua della protesta virile senza alcuna riserva, anche se è accolta senza convinzione nel suo sistema. La scuola freudiana non ha ancora capito che una ragazza in queste condizioni è costantemente in agitazione, prova di continuo un senso di ribellione, è pronta a protestare: emozioni negative che fanno vibrare il corpo e la psiche, ma che si palesano sotto forma di sintomi acuti solo quando interviene un fattore esogeno, quando è sottoposto a prova il sentimento sociale.

La protesta della paziente assume la forma di un'emicrania e del bisogno impellente di urinare. Sintomi permanenti, presenti da quando si è sposata, sono la paura della gravidanza e la frigidity. Credo di aver contribuito sufficientemente a spiegare la sua emicrania. Sembra che in tutti i pazienti irritabili, irascibili e imperiosi un'emicrania o una sindrome affine insorga però solo se al contempo esiste anche la asimmetria prima descritta. Tuttavia debbo ancora scoprire qual è il fattore esogeno che ha scatenato l'ultimo violentissimo attacco. Come mai questa donna, così sicura del fatto che il freddo le fa male, 7 mesi fa ha fatto un bagno freddo senza pensare al pericolo, come dice lei stessa? Era particolarmente arrabbiata? Aveva voglia di farsi del male, o di far del male a qualcun altro, per esempio al marito, che le è devoto, ed è entrata nell'acqua fredda come per punire se stessa o chi le vuol bene? Infierisce contro se stessa perché infierisce contro qualcun altro? Legge articoli sull'emicrania, consulta medici su medici e si convince che non potrà mai guarire per non risolvere i propri problemi esistenziali, che le fanno paura solo perché manca di sentimento sociale?

Stima suo marito però non lo ama, non lo ha mai veramente amato. Alla domanda, rivoltale già altre volte: cosa farebbe se guarisse definitivamente? Alla fine risponde: mi trasferirei in una grande città, dove darei lezioni di violino e suonerei in un'orchestra. Lo psicologo individuale capisce subito che questa decisione comporterebbe la separazione dal marito, al quale piace vivere in

provincia, mentre lei ora si sente a suo agio in casa della cognata. Poiché il marito ha grande considerazione per lei e non le nega la possibilità di soddisfare le sue ambizioni, per lei naturalmente è molto difficile separarsi da lui. In casi come questo secondo me è sbagliato suggerire alle donne di separarsi dal marito e di farsi un amante. Queste donne sanno cos'è l'amore e ne ricaverebbero solo amare delusioni, e responsabile di tutto sarebbe il medico che le ha mal consigliate.

È molto meglio renderle idonee al matrimonio. Per prima cosa però è necessario eliminare gli errori dal loro stile di vita.

Avendola sottoposta a un esame accurato, ho constatato che la metà sinistra della sua faccia è un po' più piccola della metà destra. Di conseguenza la punta del naso è rivolta leggermente a sinistra. La rima palpebrale sinistra (occhio attualmente sofferente) è più stretta di quella destra. Non riesco a spiegarmi come mai la paziente in passato abbia accusato talvolta questa sintomatologia a carico dell'occhio destro. Forse si sbaglia.

Un sogno: «Ero in un teatro insieme a una mia cognata e a una mia sorella più grande. Dicevo loro di aspettare perché poco dopo sarei apparsa sul palcoscenico». Spiegazione: Cerca sempre di emergere nei confronti dei parenti. Vorrebbe anche suonare in un'orchestra. Non si sente sufficientemente apprezzata dai parenti. Qui calza a pennello anche la mia teoria circa lo stato di inferiorità degli organi con compensazione psichica e sulla quale hanno basato i loro studi Kretschmer e Jaensch. Indubbiamente l'apparato visivo di questa donna è in qualche modo congenitamente menomato, come quello di un fratello che accusa la stessa sindrome. Anomalie vascolari? Il visus sembra normale, altrettanto il metabolismo basale. La tiroide all'esame esterno non presenta modificazioni. Il sogno del teatro e della sua apparizione sulla scena rivela che la paziente appartiene al tipo di persona che ha interesse per l'apparenza esterna. Il suo matrimonio e la residenza in provincia le impediscono di mostrarsi, di apparire, di esibirsi, come glielo impedirebbero una gravidanza e un figlio.

La completa guarigione è stata raggiunta in un mese. Sono riuscito a scoprire il fattore esogeno che aveva scatenato l'ultimo

accesso. In una tasca della giacca del marito la paziente aveva trovato la lettera di una ragazza, che però conteneva solo un breve saluto. Il marito era stato in grado di dare una spiegazione, ma lei era rimasta sospettosa e aveva provato una gelosia che fino allora non aveva mai provato, perciò aveva deciso di sorvegliare ogni sua mossa. Il bagno freddo e l'inizio dell'attacco di emicrania risalgono a quel periodo. Ma i sogni che ha fatto dopo la constatazione da parte mia che era gelosa e si sentiva ferita nella sua vanità rivelano che diffida ancora del marito. In uno di questi sogni ha visto un gatto che dopo aver acciuffato un pesce scappava; però lo rincorreva una donna intenzionata a portarglielo via. La spiegazione è chiara. Col linguaggio metaforico del sogno la paziente rivela la sua decisione di non lasciarsi rubare il marito (pesce) da un'altra donna (gatto). A me dichiara di non essere mai stata gelosa del marito; però dopo aver trovato quella lettera aveva pensato che probabilmente il marito le era stato infedele. Intanto la rabbia le cresceva dentro e sentiva sempre più il bisogno di protestare contro la supposta subordinazione della donna all'uomo. Quindi il suo bagno freddo è stato in realtà una vendetta, suggerita dal suo stile di vita. Voleva evidenziare il proprio valore, secondo lei non riconosciuto dal marito. Se non le fosse venuto l'attacco di emicrania – conseguente al suo shock – sarebbe apparsa priva di valore, la cosa secondo lei assolutamente più tremenda.

¹Jan Christian smuts, *Holism and Evolution*, London-New York, McMillan, 1926.

²Alfred Adler (1914), *Heilen und Bilden*, Monaco, Bergmann, 1928 3.

³Walter Bradford cannon, *The wisdom of the body*, New York, Norton and Co, 1932.

⁴Mentre la compensazione psichica presuppone un'inferiorità,

superare esprime non solamente questo meccanismo fisiopatologico, ma anche la fisiologica tendenza all'evoluzione e al miglioramento di psiche e corpo (*n.d.c.*).

⁵Questo linguaggio con cui gli organi esprimono un disagio psichico va nettamente distinto dal gergo che si ispira agli organi. Si veda il capitolo così intitolato a p. 159 di *Guarire ed Educare*, Roma, Newton Compton, 2007 (*n.d.c.*).

⁶V. nota 2, Cap. 1, *L'opinione su se stessi e sul mondo*.

⁷V. nota 1, Cap. 2, *Mezzi psicologici e metodi d'indagine per lo studio dello stile di vita*.

5. Il corpo, plasmato dal movimento, rivela il carattere

Qui parleremo del significato delle tre forme di presentazione con cui la specie umana si rivela: struttura del corpo, movimento e carattere. Per essere scientifica la conoscenza dell'uomo deve poggiare sulla sperimentazione. Però la constatazione e la raccolta dei fatti non è ancora scienza, ne rappresenta unicamente la fase preliminare; il materiale raccolto dev'essere prima raggruppato in base a un principio comune. Tuttavia che un pugno levato in gesto d'ira, il digrignamento dei denti, uno sguardo carico d'odio, le imprecazioni urlate ecc. corrispondano a un'aggressione è un fatto acquisito, è patrimonio del senso comune. Ne siamo così sicuri che in questi casi la ricerca non ha più bisogno di appurare la verità – cosa questa che, invece, costituisce l'essenza stessa della scienza. Abbiamo diritto di parlare di scienza solo quando possiamo raggruppare queste e altre manifestazioni in un contesto più ampio, non ancora individuato, che permette di considerare sotto nuovi punti di vista problemi che apparivano risolti ed obbliga a porsi nuovi interrogativi.

La forma sia degli organi che del corpo di una persona corrisponde in ampia misura al tipo di vita che essa conduce ed è imputabile in linea di massima al processo di adattamento a condizioni esterne stabili per lunghi periodi. Il grado di adattamento varia all'infinito, e le forme che ne risultano ci colpiscono solo quando viene superato un certo limite che, in qualche modo, ce le fa apparire sorprendenti. Tuttavia su questo sviluppo morfologico di base agiscono anche molti altri fattori, fra i quali segnatamente i seguenti:

1. La scomparsa di determinate varianti per le quali, transitoriamente o definitivamente, non esistono più possibilità di

vita. Quindi, oltre alla legge dell'adattamento degli organi, intervengono anche i modi di vita sbagliati, i comportamenti che hanno decretato la fine di gruppi di individui più o meno numerosi: guerre, insufficiente adattamento sociale ecc. Pertanto, oltre a tener conto delle ferree leggi della ereditarietà, come quella di Mendel, dovremmo considerare anche la influenzabilità della valenza della forma e degli organi nel processo di adattamento. Potremo definire valore funzionale il rapporto fra la forma e le sollecitazioni individuali e generali.

2. La selezione o scelta sessuale. In quanto conseguenza della maggiore cultura e del crescente scambio, essa sembra contribuire a una equiparazione delle forme e dei tipi. È influenzata, in maggiore o minore misura, dalle conoscenze dovute alle acquisizioni biologiche, mediche e dal senso estetico ad esse collegato, che subisce continui mutamenti. Testimoniano tale mutamento gli ideali della bellezza mutevoli e contrastanti che, anche per influsso dell'arte, vengono proposti: l'atleta o l'ermafrodita, la formosità o la snellezza.

3. La correlazione degli organi. Anche per gli influssi delle ghiandole a secrezione interna (tiroide, gonadi, surreni, ipofisi) gli organi operano in sinergia, costituiscono una sorta di lega segreta e possono aiutarsi o danneggiarsi a vicenda. Così si spiega l'esistenza di forme che di per sé sarebbero destinate a scomparire ma che nel gioco sinergico non turbano in misura sostanziale la funzionalità complessiva dell'individuo. In questo effetto collettivo ha un ruolo preminente il sistema nervoso, centrale e periferico, perché, operando insieme al sistema neurovegetativo, evidenzia nelle sue prestazioni una marcata capacità di esaltare e potenziare, con un esercizio fisico e mentale, la funzionalità complessiva dell'individuo. A questa circostanza dobbiamo il fatto che certe forme atipiche, o addirittura difettose, non minacciano la sopravvivenza di individui e generazioni perché vengono compensate da altre sorgenti energetiche, per cui il bilancio complessivo del soggetto riesce a mantenersi in equilibrio, talvolta

ad abundantiam. Una ricerca obiettivamente condotta evidenzierà come fra le persone più capaci non allignino sempre quelle più belle. Questo fa pensare, fra l'altro, che una eugenetica individuale, di razze o popoli potrebbe portare a risultati positivi solo in misura molto limitata e sarebbe gravata da un tale carico di fattori complessi da portare a valutazioni sbagliate, invece che a conclusioni sicure. E le relative statistiche non potrebbero fornire notizie utili per il singolo caso.

L'occhio modicamente miope, con la sua forma allungata, nella nostra cultura orientata prevalentemente verso il lavoro eseguito da vicino, rappresenta quasi sempre un indubbio vantaggio, perché è quasi escluso l'affaticamento dell'organo. Il diffuso mancinismo, che interessa quasi il 40 per cento delle persone, è sicuramente un inconveniente in una cultura destrimane. Tuttavia fra i disegnatori e pittori più bravi, fra gli individui più abili sul piano della manualità, troviamo un sorprendente numero di mancini che con la loro destra addestrata producono opere magistrali. Sia i grassi che i magri corrono pericoli, diversi ma ugualmente seri; tuttavia nell'ottica sia dell'estetica che della medicina il piatto della bilancia pende dalla parte dei magri. Un metacarpo corto e largo, grazie a un migliore effetto leva, è sicuramente più adatto al lavoro manuale; però lo sviluppo della tecnica, attraverso il perfezionamento delle macchine, rende sempre più superflui i lavori pesanti. La bellezza fisica, anche se non riusciamo a sottrarci al suo fascino, comporta in realtà un numero uguale di vantaggi e svantaggi. Sorprende talvolta constatare come molte persone che non si sono sposate e che non hanno figli siano particolarmente belle, mentre partecipano alla procreazione, per altre doti, quelle meno avvenenti. Quante volte scopriamo che praticano attività molto diverse da quelle che ci saremmo aspettati individui, secondo noi, poco adatti: scalatori dai piedi piatti e con le gambe corte, sarti dal fisico erculeo, beniamini delle donne decisamente brutti. Rende possibile capire il fenomeno solo uno studio accurato delle implicazioni psichiche. Ognuno di noi conosce individui dall'aspetto infantile particolarmente maturi e tipi virili che si

comportano in modo infantile, giganti codardi e nani coraggiosi, galantuomini orribili e manigoldi dal bell'aspetto, criminali particolarmente belli, e brutti ceffi dal cuore tenero. È un fatto accertato che la lue e l'alcolismo danneggiano l'embrione sui piani fisico e biologico: deformandolo materialmente e rendendolo più vulnerabile. Tuttavia non sono rare le eccezioni. Basta pensare a Bernard Shaw, che nonostante la sua età e pur essendo figlio di un etilista, è ancora molto robusto. Al principio trascendente della selezione si contrappone il dominio (oscuro perché eccessivamente complesso) delle leggi dell'adattamento. Come lamenta già il poeta: «E Patroclo giace sepolto mentre Tersite ritorna». Dopo le devastanti guerre combattute dalla Svezia mancavano gli uomini. Una legge obbligò i sopravvissuti, malati e storpi, a prendere moglie. Oggi, se paragoniamo fra loro i vari popoli, dobbiamo ammettere che gli Svedesi sono fra i migliori. Nell'antica Grecia i bambini deformi venivano esposti. La leggenda di Edipo segnala la maledizione della natura violentata, o meglio: della logica violentata dalle convenzioni umane.

Forse ognuno di noi ha dentro di sé una immagine ideale della forma umana e giudica gli altri in base ad essa. Nessuno di noi nella vita può fare a meno di «indovinare», di intuire. Gli spiriti che volano alto definiscono questa capacità intuito. È compito dello psichiatra e dello psicologo stabilire in base a quali norme innate, che ognuno possiede dentro di sé, bisogna valutare la forma umana. Sembrano determinanti le esperienze di vita dirette, spesso di modesta entità, e le immagini stereotipe, che si formano per lo più nella prima infanzia. Lavater e altri ne hanno fatto un sistema¹. È corrispondentemente alla enorme omogeneità di tali impressioni, al modo in cui ci rappresentiamo gli avari, i buoni, i cattivi e i criminali, che la nostra intelligenza – pur con qualche perplessità – si chiede, segretamente ponderando, quale sia il contenuto e il senso della forma. È lo spirito che modella il corpo?

Tra le prestazioni in questo campo vorrei menzionarne due che possono gettare un po' di luce sul problema di forma e significato. Non dobbiamo dimenticare il contributo di Carus, che meritoriamente ha ripreso quanto per primo aveva affermato

Klages ². Come, fra i ricercatori più recenti, non dobbiamo dimenticare Jaensch e Bauer. Però vorrei richiamare l'attenzione in particolare sul lavoro di Kretschmer *Struttura fisica e carattere* ³ e sul mio *Studio sullo stato d'inferiorità degli organi* ⁴, molto precedente ad esso. In quel lavoro sostengo di aver rintracciato il ponte che partendo dall'inferiorità fisica congenita, da una variante di forma di minus, attraverso la produzione di un più accentuato senso di inferiorità fa nascere nella psiche una tensione tutta particolare. Questa è la ragione per la quale le richieste del mondo esterno sono avvertite come troppo ostili e, in mancanza di un'adeguata educazione, la preoccupazione per il proprio Sé (die Sorge um das eigene Ich) aumenta in senso nettamente egocentrico. Da qui la ipersensibilità psichica, la mancanza di coraggio, la incapacità di decidere, e uno schema appercettivo asociale. È la prospettiva verso il mondo esterno che ostacola l'adattamento e porta all'insuccesso. Ne risulta un criterio in base al quale, procedendo con grande cautela e cercando continue conferme, sarebbe possibile arrivare all'essenza e al significato partendo dalla forma. Non so se i fisiognomisti abbiano seguito questa via guidati dall'istinto, oltre che dalla scienza. Da parte mia ho potuto dimostrare più volte che il training psichico che scaturisce da questa grande tensione può dar luogo a notevoli prestazioni. Non credo di sbagliare traendo la conclusione che le ghiandole endocrine, per esempio le gonadi, possano venir stimulate da un training psichico adeguato, così come possono essere danneggiate da un training psichico inadeguato. Probabilmente non è casuale il fatto che nei maschi infantili, femminei, e nelle femmine piuttosto mascoline ho scoperto, fra l'altro, l'influsso di una educazione di segno opposto programmata dai genitori.

Mettendo a confronto i tipi picnico e schizoide, con le rispettive diversità esterne e i particolari processi psichici, Kretschmer ci ha fornito una descrizione che li lega fatalmente, ma non ha indagato sul ponte che lega la forma al suo significato. La sua brillante rappresentazione di questo stato di cose, in ogni modo, contribuisce sicuramente a chiarire il problema.

Si trova su un terreno molto più sicuro il ricercatore che indaga sul *senso del movimento*. Anche qui bisogna «indovinare», molto è affidato all'intuito e, anche quando il senso del movimento viene individuato, deve ogni volta venir confermato studiando l'intero contesto. Con ciò diciamo al contempo (come sottolinea sempre la Psicologia Individuale) che ogni movimento scaturisce dalla intera personalità e segnala il suo stile di vita, cioè che ogni tipo di espressione nasce dall'*insieme della personalità* (Einheit der Persönlichkeit). Nell'unità della personalità non esistono contrasti, non esiste ambivalenza, non esistono due anime. Chi afferra le finezze e le sfumature della coscienza nega che qualcuno nell'inconscio sia diverso da com'è nella coscienza. Si tratta di una divisione artificiosa dovuta al fanatismo per l'analisi. Il senso della vita di un individuo corrisponde al modo in cui esso si muove.

La Psicologia Individuale ha cercato di strutturare scientificamente la teoria del significato di quanto emerso dal movimento. Rendono possibile una interpretazione dei percorsi al loro interno, nelle loro infinite variazioni. Uno si instaura nella prima infanzia e rivela la spinta verso il superamento di una situazione di insufficienza, l'impulso teso a trovare la via che da un sentimento di inferiorità conduce alla superiorità, alla risoluzione della tensione. Questa via diventa abituale, nella sua specificità e nelle sue varianti, già nell'infanzia e come forma di movimento rimane inalterata per tutta la vita. La sua variante individuale presuppone nell'osservatore un'intelligenza artistica. L'altro fattore ci informa sull'interesse sociale (Gemeinschaftsinteresse) delle azioni del soggetto e sul suo modo di vedere, di ascoltare, di parlare e di agire. La nostra valutazione di tutti i suoi modi di espressione mira a stabilire il valore collaborativo della sua prestazione. Formatisi in una sfera immanente dell'interesse reciproco, essi evidenziano in ogni ricerca il grado di preparazione del soggetto a dare un contributo con la propria azione. La prima linea del movimento apparirà sempre, certo sotto mille forme, e può non scomparire fino alla morte. Nell'ininterrotto mutare del tempo ogni movimento è guidato dalla spinta tesa al superamento. A questo movimento verso l'altro dà suono e colore il fattore «sentimento

sociale».

Se ora, nel ricercare le unità più profonde in assoluto, vogliamo fare un passo avanti (procedendo con tutta la cautela necessaria) dovremo arrivare a cogliere una prospettiva secondo la quale si può presupporre come il movimento diventa forma. La plasticità della forma vivente ha certamente i suoi limiti, però entro questi limiti il movimento è individuale e rimane tale e quale nel corso del tempo, nei popoli e nelle razze, durante tutto il fluire del tempo. Il movimento diventa movimento che ha preso una sua forma: diventa Forma⁵.

La conoscenza dell'uomo diventa pertanto possibile se nella forma riconosciamo il movimento che l'ha plasmata.

¹Si veda nota a p. 81 de *Il carattere dei nevrotici* (n.d.c.).

²Si veda p. 165 di *Guarire ed educare* (n.d.c.).

³V. Kretschmer, *Körperbau und Charakter*

⁴V. nota 1, Cap. 2, *Mezzi psicologici e metodi d'indagine per lo studio dello stile di vita*.

⁵Nel capitolo VII di *Studio sull'inferiorità degli organi* Adler precisa come il sovrappiù di lavoro dell'organo inferiore frenerebbe il suo "equivalente embrionale" a livello delle ghiandole genitali ipotizzando, quindi, una possibile modificazione del patrimoni genetico allora (ma anche ora) tutta da verificare e dimostrare (n.d.c.).

6. Il complesso di inferiorità

Molto tempo fa ho fatto presente come essere uomini significasse sentirsi inferiori. Forse non tutti se ne ricordano. Può anche darsi che alcuni provino repulsione per questa espressione e ne preferiscano un'altra. Io non ho niente in contrario, anche perché mi accorgo che diversi autori l'hanno già fatto. I più perspicaci, per farmi passare dalla parte del torto, hanno calcolato che per poter provare un senso di inferiorità il bambino dovrebbe prima aver provato un senso di completezza. Il sentimento di insufficienza è una sofferenza positiva e dura almeno finché non viene soddisfatta una necessità o risolta una tensione. È evidentemente un sentimento dato e reso possibile dalla natura, paragonabile a una tensione dolorosa che richiede di essere risolta. La soluzione di questa tensione non può essere che piacevole, suppone ad esempio Freud, mentre solamente può essere accompagnata da una sensazione di piacere nella concezione intesa da Nietzsche ¹. Talvolta può anche essere legata a un dolore permanente o transitorio, alla separazione da un amico fedele o a un'operazione dolorosa. Anche la fine di una sofferenza è preferibile a una sofferenza senza fine, ma solo uno sprovveduto la potrebbe considerare un piacere.

Come il lattante coi suoi movimenti tradisce il sentimento della propria insufficienza, la incessante aspirazione al perfezionamento e all'adempimento dei compiti della vita, così il movimento storico dell'umanità può essere considerato la storia del senso di inferiorità e dei tentativi di superarlo. Da quando la materia vivente ha iniziato a muoversi ha sempre mirato a passare da una situazione di minus a una situazione di plus. Questo è il movimento che ho descritto nel 1907 nel già citato *Studio sull'inferiorità degli organi* ². È questo movimento che noi cogliamo

nel concetto di evoluzione. Questo movimento non può essere concepito come diretto alla morte perché mira invece a dominare il mondo esterno e non a raggiungere un livellamento, uno stato di quiete. Quando afferma che la morte attrae gli uomini, tanto è vero che in sogno o in altre circostanze essi la evocano, Freud trae delle conclusioni avventate e nella sua concezione si ravvisa che queste conclusioni sono state troppo precipitosamente anticipate. È indubbio, invece, che alcune persone preferiscono la morte alla lotta contro le contrarietà, perché nella loro vanità temono troppo la sconfitta. Si tratta di persone che desiderano essere viziate e sollevate dai compiti che finiscono per essere sempre fatti dagli altri.

Come è stato dimostrato, il corpo umano ha una struttura basata sul principio della sicurezza. Negli anni 1906 e 1907, anche Meltzer, nelle sue lezioni alla Harvard University ³, richiamava l'attenzione su questo principio come avevo fatto anche io, con maggior ampiezza e profondità, proprio in quello stesso periodo. Un organo danneggiato viene sostituito da un altro, un organo danneggiato genera una forza integrante. Tutti gli organi possono rendere più di quanto rendono sotto sollecitazioni normali. Spesso un organo compie più di una funzione vitale. La vita, cui presiede la legge dell'autoconservazione, possiede anche la forza e la capacità di provvedere al suo sviluppo biologico. Il succedersi di bambini e di giovani generazioni è solo una parte di questa assicurazione di sopravvivenza.

Ma anche la cultura che ci circonda in costante evoluzione rivela questa tendenza ad acquisire sicurezza mostrando l'uomo immerso incessantemente in un sentimento di inferiorità, che stimola di continuo le sue azioni per garantirgli una maggiore sicurezza. Il piacere o il dolore che accompagna il suo sforzo non fa che aiutarlo a percorrere questa via. Però, secondo l'idea del mondo del bambino vizioso, l'adattamento alla realtà esistente dovrebbe essere compito esclusivamente di altri. È l'incessante bisogno di sicurezza che spinge al superamento della realtà presente a favore di una cultura migliore. Senza questo fluire della cultura che avanza, la vita umana sarebbe impossibile. Se non avesse usato a

proprio vantaggio le forze della natura l'uomo non avrebbe mai superato il loro assalto. L'uomo è sprovvisto di tutto ciò che avrebbe consentito ad esseri viventi più forti di lui di sopraffarlo. Gli influssi del clima lo costringono a difendersi dal freddo con materiali che sottrae ad animali meglio protetti. Il suo organismo ha bisogno di una dimora artificiale, di alimenti preparati artificialmente. La sua vita è assicurata solo dalla divisione del lavoro e da una sua sufficiente riproduzione. I suoi organi e la sua mente lavorano senza sosta per superare difficoltà e assicurarsi la sopravvivenza. Lo aiutano la sua maggiore conoscenza di ciò che può costituire un pericolo per la vita e la sua cognizione della morte. Ma chi può seriamente dubitare del fatto che la natura, avendolo trattato da matrigna, lo ha compensato dotandolo di un sentimento di inferiorità che lo costringe a migliorare la propria situazione, a crearsi sicurezze e a superare gli ostacoli? Questa sua indispensabile ribellione contro il continuo sentimento di inferiorità che lo tormenta, alla base dell'evoluzione dell'umanità, si risveglia e si ripete in ogni lattante e infante.

Già il bambino, purché non sia eccessivamente compromesso, come per esempio un bambino idiota, avverte questa necessità di evolvere che fa crescere il suo corpo e la sua psiche. Anche a lui la natura impone di aspirare al superamento (Streben nach Überwindung). Le sue piccole dimensioni, la sua debolezza, la mancanza di autoappagamenti, le grandi e piccole mancanze sono i pungoli individuali che lo spingono a sviluppare la sua forza. Sotto la pressione della sua meschina esistenza il bambino si crea forme di vita nuove, forse mai esistite. I suoi giochi, rivolti sempre a una meta futura, sono indizi della sua creatività, che non è spiegabile coi riflessi condizionati. Il bambino costruisce di continuo nel vuoto del futuro, incalzato da un'impellente necessità di superamento. Costretto dalle necessità della vita rivolge il suo sempre crescente desiderio di giungere alla meta ultima, superando la propria condizione terrena con le sue ineludibili richieste. E questa meta che lo attira a sé acquista colore e suono nel piccolo ambiente in cui egli lotta per la vittoria.

Qui posso dare solo breve spazio a una riflessione teorica che

ho espresso già nel 1912 nel mio libro *Il carattere dei nevrotici* ⁴. Se esiste tale meta di superamento, che viene assicurata dall'evoluzione, il grado di evoluzione raggiunto, concretizzatosi nel bambino, diventa per lui materiale per la costruzione di un ulteriore sviluppo. Con altre parole: la sua eredità, sia essa fisica o psichica, espressa dalle sue potenzialità, conta solo entro i limiti in cui è utilizzabile e viene utilizzata per la meta finale. Ciò che in seguito si constata nello sviluppo dell'individuo è frutto della utilizzazione del materiale ereditario, ma anche del potere creativo del bambino. Io stesso ho insistito sul fascino esercitato da questo materiale, però nego che esso abbia un significato causale; infatti il mondo esterno, essendo molteplice e in continua trasformazione, esige un'utilizzazione creativa, elastica, di questo materiale. L'orientamento verso il superamento rimane per sempre quello che è, anche se la meta del superamento, appena ha assunto forma concreta, nel vario fluire delle cose del mondo, costringe ogni individuo a seguire una direzione diversa.

Spesso organi menomati, l'educazione viziante o la trascuratezza inducono i bambini a perseguire mete di superamento concrete che contrastano sia col benessere del singolo sia con l'evoluzione dell'umanità. Ma esiste anche un buon numero di casi che ci autorizza a parlare di una probabilità statistica degli errori, di deviazioni compiute per sbaglio, non di causalità ⁵. Quindi dobbiamo tener conto anche del fatto che ogni deviazione ha un aspetto diverso, una prospettiva diversa, caratteristiche proprie, e che ogni scrittore pornografico ha il suo stile, ogni nevrotico è diverso dall'altro ed anche ogni criminale è diverso dall'altro; e proprio in questa diversità del singolo si palesa la propria singolare e originale creazione (*Eigenschöpfung*) del bambino, la sua autonoma utilizzazione delle possibilità e delle capacità innate.

Tali criteri valgono anche per l'influenza esercitata dalla famiglia e per i metodi di educazione. Il bambino se ne serve per concretizzare il proprio stile di vita, si crea una meta che rimane inalterata e secondo la quale appercepisce, pensa, sente e agisce. Una volta stabilito il movimento dell'individuo, nessuna forza al mondo può impedirci di supporre la meta verso la quale il

movimento fluisce. Non esiste movimento senza meta. Questa meta non può mai essere raggiunta a causa della primitività dell'intelletto dell'uomo che, essendo consapevole di non poter mai essere signore del mondo, deve trasferire questo pensiero, quando emerge, nella sfera del prodigio e della onnipotenza divina⁶.

Il sentimento di inferiorità domina la vita psichica ed è imputabile, ovviamente, al sentimento di incompiutezza e all'aspirazione a migliorare dell'uomo e dell'umanità.

Ognuno dei compiti quotidiani della vita, rende l'individuo pronto all'aggressione. Ogni movimento partendo dalla incompiutezza procede verso la compiutezza. Nel 1909 in *Aggressività nella vita e nella nevrosi*⁷ ho cercato di illustrare meglio questo fatto e sono arrivato alla conclusione che l'essere pronti all'aggressione, imposta dalla evoluzione, nasce dallo stile di vita, è una parte del tutto. Nulla ci autorizza a ritenere radicalmente negativa la disposizione ad aggredire, a imputarla a un innato istinto sadico. Anche chi tenti disperatamente di ipotizzare una vita psichica fondata su istinti senza direzione e senza meta non può dimenticare quanto meno la costrizione che l'evoluzione esercita sull'uomo e la propensione alla vita sociale che l'evoluzione ha dato all'umanità. Dato l'enorme numero di individui viziati e disillusi non può meravigliare il fatto che individui acritici di ogni estrazione sociale confondano la non capita concezione della vita psichica degli individui viziati, di conseguenza fortemente insoddisfatti e delusi, con la teoria fondamentale della vita psichica.

Il primo atto creativo del bambino è quindi il suo adeguamento al suo primo ambiente ed è il suo sentimento di inferiorità che lo induce a questa realizzazione in cui si impegna con tutte le sue capacità. Questo adeguamento, diverso da caso a caso, è movimento, quel movimento che noi alla fine concepiamo come forma, come movimento fissato in una forma di vita che sembra garantire il raggiungimento di una meta di sicurezza e di superamento. I limiti entro i quali questo sviluppo si compie sono quelli dell'umanità in generale, ovvero dell'evoluzione della società e dell'individuo. Però non ogni forma di vita fa un uso corretto di

questo stato dell'evoluzione, e di conseguenza ne ostacola il corso. Nei capitoli precedenti ho fatto presente come il completo sviluppo del corpo e della mente dell'uomo avvenga quando l'individuo, con i suoi sforzi e il suo lavoro, si inserisce nel quadro di quella società ideale, che deve essere perseguita. Fra coloro che, consciamente o inconsciamente, aderiscono a questa concezione e i molti altri che non ne tengono conto si crea una frattura insanabile. Il contrasto che li divide riempie il mondo degli uomini di piccole discordie e di lotte furibonde. Quelli che si sforzano in questa direzione contribuiscono al benessere dell'umanità, ma i dissidenti non sono del tutto inutili. Attraverso i loro errori, infatti, costringono gli altri a compiere sforzi maggiori. Sono come lo spirito «che vuole costantemente il male e tuttavia crea il bene». Risvegliano e potenziano lo spirito critico degli altri e li aiutano a concepire pensieri migliori. Contribuiscono ad esaltare la *creatività* con un sentimento di inferiorità.

Il livello di sentimento sociale stabilisce la direzione che porta allo sviluppo del singolo e della società. Si è arrivati così a un criterio di valutazione di ciò che è giusto o ingiusto e a un sicuro metodo d'indagine, che offre una sorprendente sicurezza sia per l'educazione e la guarigione, sia per il giudizio sulle deviazioni. L'applicazione di questo modello è molto più proficua di un esperimento. Qui è la vita stessa che funziona da test; qui può essere saggiata la direzione seguita e la distanza dalla società partendo dal più piccolo movimento espressivo. Un confronto, ad esempio, coi sistemi che adottano gli psichiatri che valutano come negativi i sintomi che arrecano danni alla comunità, segnala costantemente in vantaggio il metodo della Psicologia Individuale; in vantaggio anche perché esso non condanna le colpe del soggetto, ma si sforza di correggerle, attribuendole alle carenze della nostra cultura, delle cui insufficienze tutti siamo ugualmente responsabili, e invitando tutti a cooperare per eliminarle. Purtroppo non possiamo ancora provvedere a rafforzare il sentimento sociale perché la nostra cultura è così poco avanzata che l'esistenza stessa del sentimento sociale deve ancora essere garantita ⁸. Le generazioni future l'avranno sicuramente assimilato, fatto proprio;

il sentimento sociale farà parte dei comuni automatismi, come il respiro, la deambulazione nella stazione eretta e la percezione, sotto forma di immagini statiche, delle impressioni luminose che si muovono incessantemente sulla retina.

Anche coloro che non concepiscono la presenza nella vita psichica dell'uomo di un dettame promotore della socialità col suo «Ama il tuo prossimo», anche quelli che mirano a scoprire nell'uomo soltanto il «mascalzone» che si limita vigliaccamente a evitare, giocando d'astuzia, di essere scoperto e punito, sono tutti egualmente importanti; tutti aiutano l'umanità a migliorare; tutti sono utili come è utile la sostanza che concima la terra, tutti, anche quelli che palesano la loro arretratezza con bizzarra macroscopica evidenza. Essi cercano di compensare il loro sentimento di inferiorità attribuendo scarso valore anche a tutti gli altri. Approfittando del fatto che la via che porta alla sua conquista talvolta è poco chiara, si può fare cattivo uso dell'idea di sentimento sociale ponendola al servizio di ideologie e di programmi di vita, che in ogni modo si tenta di imporre agli uomini di oggi e del futuro, ma che sono lesivi per la società. Così la pena di morte, la guerra o addirittura il massacro degli avversari trovano i loro eloquenti difensori, che per giunta – onnipotenza del sentimento sociale! – si avvolgono nel mantello del sentimento sociale. Tutte queste concezioni sorpassate dimostrano soltanto che questa difesa nasce dalla scarsa fiducia nella possibilità di trovare un modo nuovo per liberarsi dal sentimento di inferiorità, che non può essere negato. La storia dell'umanità dovrebbe aver insegnato a tutti che neanche l'omicidio può minimamente ridurre l'onnipotenza delle idee avanzate e impedire la fine di quelle superate. Esiste un solo caso che può giustificare omicidio: la legittima difesa quando è in pericolo la vita, propria o di altri. Già il grande Shakespeare ha rappresentato a chiare note nell'*Amleto* questo problema, senza essere capito. Come i poeti dell'antica Grecia, anch'egli, in tutte le sue tragedie, aizza le Erinni⁹ contro l'omicida e il criminale, in un periodo in cui, più che nella nostra epoca, i fatti di sangue facevano rabbrivire il sentimento sociale di coloro che aspiravano maggiormente all'ideale comunitario, che

hanno vinto e l'hanno avvicinato. Perciò quella parte dell'umanità che aspira ad avanzare ha il preciso dovere, non solo di spiegare ed educare in modo corretto, ma anche di non saggiare frettolosamente il sentimento sociale di chi non è stato educato, deve evitare l'uso di test troppo difficili, cui può reagire adeguatamente solo chi è in possesso di un senso sociale ben sviluppato; perché l'impatto con un problema che richiede un forte sentimento della comunità determina in chi è impreparato uno shock tale che, facendo nascere in lui un complesso di inferiorità, lo può portare a conclusioni sbagliate. La struttura del criminale evidenzia con chiarezza lo stile di vita di un uomo dotato di attivismo, poco incline alla socialità, che già nell'infanzia si è fatto l'idea di avere il diritto di usare gli altri a proprio vantaggio. Come è noto, questo tipo alligna prevalentemente fra i bambini che sono stati male educati, che sono stati viziati, un po' meno frequentemente fra quelli che sono stati trascurati. È facile confutare chi considera il criminale come un soggetto che si è inflitto un'autopunizione o fa risalire il crimine a primordiali fenomeni di perversione sessuale infantile e, in certi casi, al cosiddetto complesso di Edipo. Si tratta di soggetti che si entusiasmano per le metafore ed anche nella vita reale rimangono poi facilmente impigliati nella rete delle similitudini e delle analogie. Infatti Amleto chiede: «Non ha la forma di un cammello questa nuvola?» e Polonio ribadisce: «Sembra proprio un cammello».

Difetti infantili quali la ritenzione delle feci, l'enuresi notturna, l'eccessivo attaccamento alla madre ecc. sono indubbe conseguenze di un'educazione sbagliata. Lo spazio vitale dei bambini viziati non va al di là della madre e resta compreso nell'ambito delle funzioni che la madre ha il compito di sorvegliare. Quando a queste anomalie si mescola la vaga sensazione di piacere che comunica, ad esempio, il succhiamento del pollice, o il trattenere le feci, o quando la vita parassitaria del bambino morbosamente attaccato alla madre si arricchisce di una incipiente pulsione sessuale, abbiamo il quadro completo delle conseguenze che minacciano prevalentemente i bambini viziati. Ma il non

abbandono delle cattive abitudini e della masturbazione infantile allontana l'interesse del bambino dalla via della cooperazione, che non gli è mai stata insegnata. In tali casi la «sicurezza» che deriva dal vincolo fra figlio e madre viene rafforzata da una maggior attenzione da parte di quest'ultima, ma non si tratta della difesa con cui Freud ha mal interpretato il mio concetto di sicurezza. La cattiva educazione che ha ricevuto lo induce a cercare favoritismi e a disinteressarsi della vita sociale. La mancanza di sentimento sociale e il marcato sentimento di inferiorità, ad esso intimamente connesso, si palesano in modo inequivocabile già in questa fase della vita del bambino, quasi sempre in tutti i loro aspetti: ipersensibilità, intolleranza, affettività morbosa, codardia, diffidenza e avidità. Il bambino si comporta come se tutto gli fosse dovuto.

Problemi difficili, pericoli, bisogni, delusioni, preoccupazioni, perdite, specie quelle di persone care, ogni genere di pressione sociale vanno sempre inquadrati nel sentimento d'inferiorità, che comporta timore, dispiacere, disperazione, vergogna, timidezza, imbarazzo, disgusto ecc., stati d'animo e sentimenti che tutti conosciamo. Pertanto la sfera intellettuale, puntando all'evasione, produce idee di ripiegamento; e quella affettiva, al fine di rafforzare tale arretramento si esalta, e questa sua eccitazione evidenzia la presenza di quell'insicurezza che è diretta conseguenza del sentimento di inferiorità.

Il sentimento di inferiorità che affligge tutti gli uomini e che in altre circostanze fa nascere nel soggetto il desiderio di avanzare, si palesa in qualche misura già nelle tempeste della vita, abbastanza chiaramente nelle prove difficili. Assumendo forme da caso a caso diverse, se consideriamo il quadro completo delle sue manifestazioni, esso rappresenta lo stile di vita dell'individuo, che emerge unitario in tutte le situazioni dell'esistenza.

Però non si può non vedere anche nel tentativo di superamento, nella ribellione, nell'ira, anche già nel disgusto e nel disprezzo, l'opera di uno stile di vita particolarmente attivo imposto dal traguardo della superiorità, stimolato dal sentimento di inferiorità. Mentre la prima forma di vita [sfera intellettuale], fedele

alla linea dell'arretramento dal problema aborrito, può scatenare vari tipi di nevrosi e di psicosi e atteggiamenti masochistici, nella seconda forma [sfera emotiva] si assiste, corrispondentemente allo stile di vita, a un'esaltazione dell'attivismo (da non scambiare col coraggio, perché sono dotati di coraggio solo i soggetti votati alla socialità), che può assumere la forma del suicidio, della dipsomania, della criminalità o di una perversione attiva. Qui si tratta chiaramente di neoproduzioni di un medesimo stile di vita, non di quel processo fittizio che Freud definisce «regressione». La somiglianza tra queste forme di vita e quelle precedenti o con aspetti delle stesse non può essere considerata identità; e il fatto che ogni essere vivente dispone di quell'unico patrimonio che è il suo campo d'azione, fisico e spirituale, non può essere considerato il ritorno a uno stadio infantile o primitivo. La vita esige la soluzione dei problemi sociali, perciò ogni comportamento è rivolto sempre al futuro, anche se per strutturare il suo comportamento essa si serve dei mezzi del passato.

Responsabile della insufficiente preparazione ad affrontare tutti i problemi della vita è sempre la mancanza di sentimento sociale o, se vogliamo, di cooperazione, di umanità o addirittura di un Sé ideale (Ideal-Ich). È questa insufficiente preparazione che costringe il soggetto a palesare in mille modi la propria inferiorità, fisica e psichica, quando deve affrontare un problema. Anzi essa scatena già in precedenza sentimenti di inferiorità, che però non si manifestano apertamente ma solo nel carattere, nel movimento, nell'atteggiamento, nei modi di pensare e nella deviazione dal cammino del progresso. I mille modi mediante i quali si esprime un sentimento di inferiorità, esaltato dalla mancanza di senso sociale, si palesano a pieno nel momento in cui si presenta un problema che il soggetto aborre, in cui subentra la «causa esogena», la quale non manca mai nei casi di «fallimento tipico», anche se non da tutti è riconosciuta. La prima responsabile degli insuccessi «tipici» è la persistenza dello stato di shock, che si accompagna a un tentativo di alleggerimento della pesante situazione creata dal forte sentimento di inferiorità, conseguenza della incessante aspirazione ad uscire da una condizione di minus. Però in nessuno di questi

casi viene contestato il valore primario del sentimento sociale, né viene cancellata la differenza fra il «buono» e il «cattivo». In ognuno di questi casi si trova un «sì», che sottolinea la pressione del sentimento sociale, il quale però è sempre seguito da un «ma», che avendo una forza maggiore toglie ogni vigore al sentimento sociale. Il «ma» avrà sfumature inimitabili in tutti i casi tipici e nei singoli casi. Più esso è forte più difficile è la guarigione. È più forte in assoluto nel suicidio e nelle psicosi, conseguenze di stati emozionali nei quali il «sì» praticamente scompare.

Apprensività, timidezza, chiusura e pessimismo sono stati d'animo che caratterizzano il protrarsi di una scarsa capacità di contatto e che nelle prove importanti si aggravano in forte misura; nella nevrosi, per esempio, diventano sintomi patologici più o meno pronunciati. Lo stesso vale per il tipico rallentamento del movimento che l'individuo palesa sempre rimanendo nelle retrovie, a notevole distanza dal problema esistente ¹⁰. Questa predilezione per le retrovie della vita è assicurata dal suo modo di pensare, dalle sue opinioni, qualche volta da un'idea coatta o da sterili sensi di colpa. Come è facile capire, non sono i sensi di colpa che creano questa distanza, la crea in realtà la scarsa disponibilità (e preparazione) ad avanzare della personalità, che per ostacolare la progressione, utilizza i sensi di colpa, per esempio l'autoaccusa, non fondata, di masturbazione. Anche il fatto che ogni persona, se guarda al passato, preferirebbe che non fosse successo un qualcosa che invece è successo serve a questi individui da comodo pretesto per non cooperare.

Voler far risalire a tali fasulli sensi di colpa la nevrosi o il crimine significa misconoscere la serietà della situazione. La direzione che si segue nei casi di carente sentimento sociale evidenzia sempre anche la notevole perplessità nei confronti di un problema relazionale; qui il forte shock attraverso modificazioni fisiche aiuta a indicare altre vie. Queste modificazioni fisiche producono un'alterazione, transitoria o permanente, dell'intero organismo, però – e questo è singolare – provocano alterazioni funzionali nelle sedi che, sia per una menomazione congenita degli organi sia per un sovraccarico dell'attenzione, rispondono con più

forza all'alterazione psichica. L'alterazione funzionale può manifestarsi in vario modo, sotto forma di marcata diminuzione del tono muscolare, di aumento dello stesso, di raccapriccio, sudorazione, disturbi cardiaci, gastrici o intestinali, difficoltà respiratorie, chiusura della glottide, bisogno impellente di urinare, eccitazione sessuale o il suo contrario. Spesso, in situazioni difficili, gli stessi disturbi, come pure cefalea, emicrania, pallore o arrossamento improvviso, sono accusati anche da altri membri della famiglia. Recentemente, grazie in particolare alle ricerche condotte da Cannon, Marañón e altri, si è accertato che alla maggior parte di queste modificazioni partecipano sia il sistema simpatico-surrenale sia i segmenti craniale e pelvico del neurovegetativo, che spesso reagiscono in modo diverso alle varie emozioni. Così trova conferma anche quanto da noi precedentemente ipotizzato: cioè che le funzioni delle ghiandole endocrine (tiroide, surreni, ipofisi e gonadi) subiscono gli influssi del mondo esterno, e che, mentre in condizioni normali rispondono alle impressioni psichiche in rapporto allo stile di vita dell'individuo e secondo la forza con cui vengono soggettivamente percepite, quando l'individuo non è idoneo ad affrontare i problemi della vita, per assicurare l'equilibrio fisico, reagiscono con una forza maggiore, ipercompensatoria¹¹.

Può evidenziare il sentimento di inferiorità di un individuo anche la direzione della via che egli segue. Della grande distanza dai problemi esistenziali, dell'esitazione, del distacco ho già parlato. Non c'è dubbio che questo modo di procedere può corrispondere al livello del sentimento sociale. Si tratta di un modo di vedere le cose che è particolarmente vicino alla Psicologia Individuale, perché questa scienza attribuisce sempre un valore limitato a regole e formule e reputa necessarie sempre nuove prove per confermarne la validità. Una di queste prove consiste nel comportamento abituale del soggetto (già caratterizzato nell'ambito della sua legge dinamica), un'altra in un modo di procedere diverso dall'«atteggiamento esitante», che fa sospettare la presenza di un sentimento di inferiorità e che è caratterizzato dall'aggiramento o dall'elusione, totale o parziale, di un problema esistenziale. Totale

come nella psicosi, nel suicidio, nella delinquenza e nella perversione abituali; parziale come nella dipsomania (etilismo) o in altre dipendenze. Ma nascono dal sentimento di inferiorità anche il singolare restringimento dello spazio vitale e la ridotta ampiezza del percorso; cioè vengono escluse componenti importanti dei problemi esistenziali. Anche qui dobbiamo prevedere un'eccezione perché alcune persone, come gli artisti o i geni, contribuiscono nel modo migliore al progresso della società pur avendo accantonato la soluzione di determinati aspetti dei problemi esistenziali.

Sulla presenza di un complesso di inferiorità in tutti i casi di insuccessi tipici non ho più dubbi da tempo. Ma per trovare una risposta al quesito: come nasce il complesso di inferiorità, con tutte le relative conseguenze fisiche e psichiche, da un sentimento di inferiorità nell'impatto con un problema esistenziale? Ci ho riflettuto a lungo. Per quanto mi risulta, questo problema è stato sempre trascurato dai vari ricercatori. Come la soluzione di tutti gli altri problemi, anche la risposta a questo quesito appare chiara nell'ottica della Psicologia Individuale, dove il particolare si spiega con il tutto e il tutto con il particolare. Il complesso d'inferiorità, cioè la continua presenza delle conseguenze del sentimento di inferiorità, la persistenza di quest'ultimo, si spiega con la forte carenza di sentimento sociale. Le stesse identiche esperienze vissute, gli stessi traumi, le stesse situazioni e gli stessi problemi esistenziali esercitano sui vari individui un effetto diverso, corrispondente al loro stile di vita, che comprende anche il sentimento sociale. In qualche caso può far dubitare della verità di questa esperienza il fatto che alcuni individui sicuramente carenti di sentimento sociale (constatazione di cui ritengo capaci solo ricercatori particolarmente esperti) presentano transitoriamente fenomeni dovuti a un sentimento d'inferiorità, non a un complesso d'inferiorità. Si tratta spesso di persone dotate di scarso sentimento sociale, ma favorite dalle circostanze. La presenza di un complesso d'inferiorità è sempre confermata da dati inconfutabili: l'esistenza di organi menomati, la sensazione nell'infanzia di essere stati trascurati. Ma la Psicologia Individuale conosce anche altri mezzi atti a confermare la sua ipotesi. Essa contempla 1. lo studio

approfondito dei primi ricordi d'infanzia e dello stile di vita nella sua totalità, influenzato talvolta dalla posizione del bambino tra i fratelli, e 2. l'interpretazione dei sogni secondo i propri criteri. Inoltre, quando esiste un complesso di inferiorità, l'atteggiamento e lo sviluppo sessuale dell'individuo non è che una parte del tutto ed è parte integrante del complesso stesso.

¹Freud vede nel dionisiaco la liberazione dell'istinto insofferente di ogni limite. Per Nietzsche invece il dionisiaco non è solo questa soddisfazione libidica, è una tormentata riconquista e soltanto "può accompagnarsi al piacere". Per l'infelice filosofo la grandezza dello spirito greco stava tutta nell'aver inventato la tragedia dove dialetticamente si confrontano le due componenti essenziali dello spirito: quella apollinea, razionale, armonica, formale, luminosa, che spinge a costruire sistemi e quella dionisiaca estatica, creativa oscura, che accetta ebbaramente la vita ed esalta le pulsioni. La componente dionisiaca è stata oscurata da filosofi e religioni che hanno fatto sì che l'apollineo soffocasse il dionisiaco. Il superuomo di Nietzsche recupera il dionisiaco e la libertà, rinuncia a ogni fede sopportando la morte di Dio, accetta l'irrazionalità della vita fondata sul caso e sul caos, considera patologico l'altruismo. Adler non solo riapre il confronto fra apollineo e dionisiaco, ma considera le due componenti complementari tanto che è proprio l'aspirazione alla superiorità ad avvicinare agli ideali ed a Dio. Le linee dinamiche che percorrono necessariamente il tragitto verso la meta fissata dal soggetto non rifiutano, ma si integrano nella società e nei suoi valori e il sentirsi parte della società, l'interesse per gli altri e la capacità di cooperazione, sono la prova del benessere psichico. La psicodinamica nasce con i tragici greci perché solamente quella civiltà, l'unica che non si ispirava in tutto e per tutto alla divinità, metteva al centro della sua cultura l'uomo. Nelle vicende umane rappresentate si confrontavano i valori sociali dell'apollineo e le passioni del dionisiaco proprio come l'analisi dell'uomo adleriano vede intrecciarsi aspirazione alla superiorità e sentimento sociale in un'ottica in cui il processo psicodinamico non prende valore a seconda degli ideali e delle mete a cui il soggetto

tende, ma dal suo essere connaturato all'uomo e, in quanto tale, aspirare a superare se stesso e a sconfiggere anche la morte facendo progredire la civiltà (*n.d.c.*).

²V. nota 1, Cap. 2, *Mezzi psicologici e metodi d'indagine per lo studio dello stile di vita*.

³V. Meltzer, *The Harvard Lectures*, 1906-1907.

⁴Alfred Adler (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il carattere dei nevrotici*, Newton Compton, Roma 2008.

⁵Si veda nota a p. 18 de *La tecnica del trattamento* (*n.d.c.*).

⁶Alfred Adler, Ernest Jahn (1933), *Religion und Individualpsychologie*, Passer, Vienna.

⁷V. «Aggressionstrieb im Leben und in der Neurose», in *Heilen und Bilden* [tr. it. *Guarire ed educare*, Newton Compton, Roma 2007].

⁸L'uomo, il πολιτικόν ζῶον di Aristotele, e l'animale civile di Cicerone e Seneca, è un essere naturalmente sociale anche per san Tommaso «homo est naturaliter animal sociale eo quod sibi non sufficiat ad vitam» che fa le stesse considerazioni riprese qui da Adler. La presenza del sentimento sociale viene pertanto garantita evitando la sua rimozione e, quando ciò sia avvenuto, recuperandolo dall'inconscio con l'analisi. Le testimonianze raccolte sulla cultura degli aborigeni australiani danno una conferma quasi sperimentale del fatto che il sentimento sociale sia innato. Come testimonia Marlo Morgan nel suo *Mutant message down under* del 1991, tr. it. *E venne chiamata due cuori*, RCS, Milano 1994, le popolazioni nomadi che si muovono nel deserto in piccoli gruppi di 6-10 persone, si danno il nome a seconda della funzione

che ogni singolo individuo svolge per il gruppo al cui servizio si pone come del resto ogni altro animale viene visto in funzione di un tutto che si allarga a dimensioni cosmiche. Tutto ha così uno scopo, palese o celato tanto che anche la guerra che si conclude con riti cannibalici, con la sua finalità di fornire nutrimento ai vincitori pare meno insensata delle distruzioni di massa delle guerre del mondo cosiddetto civile. Il movimento testimonia la presenza dello spirito ed è presente nel feto sin da quando se ne percepiscono i movimenti. L'azione infatti è il canale attraverso cui il sentimento, lo scopo, trova la sua espressione. Rimettendo insieme i pezzi di una foglia gli aborigeni illustrano come ogni singolo, dotato individualmente dei suoi talenti che mette a disposizione del gruppo, partecipi alla vita della sua società realizzando il suo sentimento sociale (*n.d.c.*).

⁹Le figlie di Gea, Aletto, l'incessante, Megera, l'invidiosa e Tisifone, la vendicativa, erano delle vecchie con dei serpenti per capelli ed un alito mortifero. Implacabilmente perseguitavano chi aveva compiuto omicidi, incesti o altri delitti contro la famiglia e possono essere considerate l'impersonificazione dell'intervento a cui la società è costretta quando il sentimento sociale è stato rimosso (*n.d.c.*).

¹⁰V. nota 2, Cap. 1, *L'opinione su se stessi e sul mondo*.

¹¹V. nota 1, Cap. 2, *Mezzi psicologici e metodi di indagine per lo studio dello stile di vita*.

7. Il complesso di superiorità

Ora il lettore si chiederà giustamente dove possa trovarsi l'aspirazione alla superiorità nel caso di un complesso d'inferiorità. In effetti se non riuscissimo a dimostrare la presenza di questa aspirazione nei numerosissimi casi caratterizzati da un complesso d'inferiorità cadremmo in contraddizione, e la Psicologia Individuale fallirebbe nelle sue intenzioni. La verità è che gran parte di questo problema ha già avuto una risposta. L'aspirazione alla superiorità fa arretrare l'individuo, che più o meno palesemente è privo di coraggio, dalla posizione pericolosa non appena si annuncia una possibile sconfitta. Ma l'aspirazione alla superiorità lo induce anche a rimanere lontano dal problema sociale, spingendolo ad eluderlo o ad aggirarlo e, per quanto riguarda la decisione sul «sì» e sul «ma» lo fa propendere più verso il «ma» che verso il «sì», bloccandolo al punto che finisce per occuparsi solo o principalmente delle conseguenze dello shock che ha subito. E ci riesce facilmente perché fa parte di quegli individui che, essendo privi di sentimento sociale sin dall'infanzia, si sono sempre occupati esclusivamente della propria persona, del proprio piacere e del proprio dispiacere. In questi casi si possono distinguere tre tipi il cui stile di vita disarmonico ha sviluppato prevalentemente una sola componente della vita psichica. Al primo tipo appartengono le persone le cui forme di espressione sono dominate dalla sfera intellettuale; nel secondo tipo predomina in larga misura la vita sentimentale e istintuale; nel terzo si sviluppa in particolare nella direzione dell'attività. Non si osserva mai la totale assenza di uno di questi aspetti, ma ogni insuccesso evidenzia con particolare chiarezza, persistendo l'effetto shock, l'aspetto dominante dello stile di vita. Mentre in generale nel criminale e nel suici-da figura maggiormente la componente dell'attività, una parte delle nevrosi è

caratterizzata dall'accentuazione dell'aspetto sentimentale, mentre, come nella psiconevrosi ossessiva e nella psicosi, dal forte rilievo dell'aspetto intellettuale ¹. Il tossicomane è sempre un uomo emotivo. La rinuncia a risolvere un problema esistenziale si ripercuote sulla comunità che è obbligata a compiere un maggiore lavoro e diviene oggetto di sfruttamento. La mancanza di cooperazione degli uni dev'essere compensata da una maggiore prestazione degli altri, sia nell'ambito della famiglia che della società. Ha luogo una tacita lotta contro l'ideale di società, un'incessante protesta che ostacola lo sviluppo sociale, invece di favorirlo. La superiorità personale contrasta sempre con la cooperazione. I soggetti votati all'insuccesso sono persone che non avendo sviluppato il sentimento sociale non sono capaci di vedere, udire, parlare e valutare in modo corretto. Invece che di senso comune sono dotate di una «intelligenza privata», della quale si servono per seguire con sicurezza il cammino deviante. Io ho descritto il bambino viziato come un parassita che aspira costantemente a costringere gli altri ad agire per lui. Quando questo atteggiamento diventa stile di vita, egli finisce per credere che siano sempre gli altri quelli che si debbono prodigare in tutti i campi – sia offrendo tenerezza e beni materiali, sia compiendo un lavoro o fornendo prestazioni intellettuali. Per difendersi dalla loro prepotenza la comunità non deve impiegare mezzi o parole altrettanto forti ma, guidata più che dall'intelletto da un impulso intimo, deve reagire con mitezza, perché il suo compito non è quello di punire e vendicarsi per i soprusi subiti, ma quello di spiegare all'individuo per quale motivo ha sbagliato e potrebbe ancora sbagliare. Si tratta sempre di una protesta degli individui non dotati di sentimento sociale contro gli obblighi imposti dalla convivenza, che fanno a pugni con la loro intelligenza privata e costituiscono una minaccia per la loro aspirazione a una superiorità personale. La forza del sentimento sociale sta anche nella sua capacità di far capire a ognuno che non rispettare le sue regole è una colpa, perché ognuno di noi deve pagare il suo tributo alla società. Perfino autori che nell'accanimento scientifico – illuminato qua e là da lampi di genio – vedono alterata una volontà che è stata

artatamente spinta a diventare potere personale e la ritengono un malvagio impulso primordiale, superomismo, un primitivo impulso sadico, non possono fare a meno di rendere omaggio al sentimento sociale nel suo aspetto ideale. Perfino il criminale che ha già davanti agli occhi la sua meta, deve pianificare e cercare una giustificazione alla propria condotta prima di varcare il confine dell'asocialità. Vista nell'ottica, immutabile, del sentimento sociale ideale, ogni deviazione si rappresenta come un trucco, come un espediente per tentare di raggiungere la superiorità personale. Nella maggior parte di queste persone l'aver evitato una sconfitta sul terreno della socialità suscita un sentimento di superiorità (Gefühl der Überlegenheit). E quando il timore di una sconfitta le dissuade dal cooperare godono per la propria lontananza dai compiti della vita, considerano tale rinuncia un privilegio e un'agevolazione. Godono della propria posizione di privilegio perfino quando soffrono, come nella nevrosi, senza sapere che hanno imboccato la via della sofferenza solo per sfuggire ai problemi esistenziali. Maggiore è la loro sofferenza, meno lottano e meno capiscono il vero senso della vita. Questa sofferenza è così strettamente legata alla fuga dai problemi della vita che può apparire un'autopunizione solo a chi non ha capito che queste forme di espressione sono parte di un tutto e sono, anzi, la risposta alle richieste della comunità e considerano la sofferenza nevrotica un fenomeno a se stante, proprio come la concepisce il nevrotico.

La cosa più difficile sarà per il lettore, o per chi non condivide le mie opinioni, dover ammettere che perfino il servilismo, l'asservimento volontario, la dipendenza, la negligenza e gli atteggiamenti masochistici, chiari indizi della presenza di un sentimento d'inferiorità, possono suscitare la sensazione di essere un privilegiato in chi manca di sentimento sociale. Come è facile capire, questi atteggiamenti rappresentano forme di protesta di chi si rifiuta di affrontare i problemi che affliggono l'intera umanità, espedienti adottati per evitare una sconfitta da chi possiede uno stile di vita in cui il sentimento sociale figura molto poco. Si tratta di individui convinti che sono sempre gli altri a doversi occupare dei loro problemi, che, anzi, spesso li obbligano a farlo. Come è

noto, i masochisti costringono gli altri ad agire addirittura contro la loro volontà. In tutti i casi di insuccesso emerge chiaramente la speciale posizione che il soggetto, che non è preparato alla socialità, si è creato. È una posizione privilegiata che egli paga anche con la sofferenza, con lamenti, con sensi di colpa, ma senza retrocedere. Questa posizione costituisce un alibi inconfutabile quando gli si chiede: «Dov'eri tu quando Dio ripartiva il mondo?»².

Il complesso di superiorità, come io l'ho descritto, è chiaramente caratterizzato dagli atteggiamenti, dai tratti del carattere e dalle opinioni di chi si crede un superuomo, un essere capace di prestazioni sovrumane. Può essere riconosciuto anche dalle pretese esagerate: questo tipo di complessato pretende troppo da se stesso e dagli altri. Fanno sospettare la presenza di questo complesso l'aver sempre la puzza sotto il naso (die Nase hoch tragen), la vanità legata all'apparenza esterna; un abbigliamento o troppo ricercato o intenzionalmente trascurato, un aspetto troppo mascolino nelle donne e troppo femminile negli uomini; l'arroganza; la eccessiva espansività; lo snobismo; la vanagloria; un temperamento tirannico; la tendenza alla critica malevola (e per me la tendenza a disprezzare e a svalutare è patognomica); l'esagerato culto degli eroi, come pure la tendenza a stringere amicizia con personaggi altolocati o a strumentalizzare i deboli, i malati, le persone meno importanti; l'accentuazione di una particolare peculiarità; l'abuso di idee e mode correnti al fine di svalutare le altre ecc. L'eccessiva affettività, sotto forma di irascibilità, la sete di vendetta, i cali d'umore o gli entusiasmi repentini, le risate abitualmente sonore e il malvezzo di ignorare gli altri (distogliendo lo sguardo dalla loro persona e non prestando orecchio a ciò che dicono) per richiamare l'attenzione unicamente su se stessi, segnalano l'esistenza di un complesso d'inferiorità che si sta trasformando in complesso di superiorità. Anche la superstizione, la credenza nel potere delle proprie capacità telepatiche e profetiche, autorizza a sospettare la presenza di tale complesso. A coloro che credono nell'idea di società (Gemeinschaftsidee) vorrei consigliare di non esagerare nel propagandarla; questo atteggiamento può favorire lo sviluppo di un

complesso di superiorità. Ho precedentemente descritto i tratti caratteriali del complesso d'inferiorità e della sovrastruttura che lo nasconde. Può essere sospettato di entrambi questi complessi chi si agita in modo sconsiderato, riscuotendo solo disapprovazione. Inoltre, nel valutare il prossimo non bisogna dimenticare che nessuno è perfetto, per cui possono divenire vittime di un complesso di superiorità anche le persone di valore. A parte il fatto che, come ha detto già Barbusse: «anche una persona buona può cedere qualche volta a un sentimento di disprezzo». Questi indizi, anche se un po' sfumati, orientando il riflettore della Psicologia Individuale, possono illuminare il campo dei grandi problemi esistenziali per evidenziarne gli errori, che occorre capire e spiegare. Parole, frasi, perfino meccanismi psichici accertati non aiutano a capire l'individuo. Così come non aiuta a capirlo la conoscenza del tipo ³. Se si rimane però nell'ambito delle supposizioni, tutto può servire a illuminare un dato campo visivo, nel quale si spera di scoprire l'*unicum* di una personalità, quell'*unicum* che dobbiamo sempre spiegare tenendo presente anche il grado di sentimento sociale che occorre integrare.

Se allo scopo di ottenere una visione d'insieme della situazione si semplificano le idee guida del processo di sviluppo dell'umanità (quelle che lo conducono, che lo dirigono) sino a far emergere la loro quintessenza, alla fine si trovano le tre linee di movimento formali che, volta a volta e conseguentemente, conferiscono il suo valore a ogni azione umana. Dopo secoli e secoli forse idilliaci, quando in seguito al «Crescete e moltiplicatevi» molte greppie risultarono vuote, l'umanità si inventò, come modello ideale, il "Titano", l'Erocle o l'Imperatore. Ancora oggi il culto degli eroi, l'istinto combattivo, la guerra sono reminiscenze, in tutti gli strati, di quell'ideale di un tempo che ha compiuto il suo ciclo, che sta tramontando, e che era considerato la via migliore per lo sviluppo dell'umanità. Nata dalle greppie vuote questa spinta muscolare porta, conseguentemente, all'imbavagliamento e allo sterminio dei più deboli. Chi ha più peso ama la soluzione più semplice: se il foraggio scarseggia, bisogna intervenire. Gli piacciono i conti semplici e chiari perché tornano a suo vantaggio.

Nella nostra cultura questo modo di pensare occupa ancora ampio spazio. Da prestazioni dirette di questo tipo le donne sono praticamente escluse, sono prese in considerazione solo come procreatrici, ammiratrici, soccorritrici, assistenti. Però, ora che la carestia è finita, i foraggi sono aumentati, hanno raggiunto il massimo livello e stanno ancora aumentando, non è un controsenso, un'assurdità, questa brama di dominio?

Rimane ancora la preoccupazione per il domani, per i discendenti e le generazioni future. Il padre accumula per i propri figli, provvede per le generazioni che verranno. Ma per un solo individuo della 5a generazione ci sono ben 32 persone di questa generazione che ci pensano!

Le merci si deteriorano, ma è possibile trasformarle in oro pretendendo tanto oro quanto è il loro valore, è possibile comperare il talento degli altri, dare loro ordini, imprimere nelle loro menti un modo di pensare, un senso della vita, educarli al culto dell'oro e della forza, promulgare leggi che li pongono al servizio dei potenti, di chi è ricco e potente.

Anche in questa sfera la donna non opera creativamente. Intralciano il suo cammino tradizione ed educazione. Può partecipare solo manifestando ammirazione o disapprovazione. Può rendere omaggio al potere o difendersi da esso. Quando rifiuta l'applauso può protestare contro la propria impotenza e lo strapotere dell'uomo, quasi sempre correndo il rischio di imboccare strade sbagliate.

La maggior parte delle persone, uomini e donne, può venerare forza e ricchezza insieme, alcune con passiva ammirazione, altre con la segreta speranza di poterle raggiungere. Ma la donna si trova in una posizione meno vantaggiosa, è più lontana dal raggiungimento di questi ideali culturali.

Ora al filisteismo della forza e del possesso si accompagna, con concorde aspirazione alla superiorità personale, il filisteismo⁴ della cultura. Sapere è (anche) potere. Ancora oggi l'insicurezza della vita non ha trovato una soluzione migliore dell'aspirazione al potere. Ebbene, è venuto il momento di cambiare, è ora di chiedersi se sia davvero questa l'unica via capace di dare sicurezza all'umanità e di

favorire il suo sviluppo. Anche dalla struttura della vita della donna si può imparare; infatti la donna è ancora esclusa dal potere del filisteismo della cultura. Anche se è chiaro per tutti, uomini e donne, che se la donna venisse preparata come viene preparato l'uomo potrebbe partecipare con successo allo stesso potere. L'idea platonica della superiorità della forza dei muscoli probabilmente ha già perso quota nell'inconscio. Come potrebbe altrimenti essere considerata un vantaggio per tutta la collettività la tacita o aperta rivolta della donna (la protesta virile) nelle sue mille varianti?

Tutti in fondo viviamo, come parassiti, delle immortali prestazioni di artisti, geni, pensatori, ricercatori e scopritori. Essi sono i veri conduttori dell'umanità, essi sono il motore della storia del mondo. Noi non facciamo che spartirci i frutti del loro ingegno. La forza, il potere e la presunzione della cultura hanno creato una barriera fra uomo e donna. Da qui il gran parlare di amore e matrimonio e i molti libri sull'amore e sul matrimonio.

Mentre si sono sempre imposte come valore supremo le grandi prestazioni delle quali viviamo, la loro vittoria non viene sempre celebrata con parole altisonanti. Ebbene a queste prestazioni hanno dato il loro apporto anche le donne. Forza, possesso e presunzione culturale hanno sicuramente impedito loro di fare di più. Lo sviluppo dell'arte suona ancora quasi tutto al maschile. Qui la donna è subalterna. Si impone solo quando riesce a far sentire la propria voce. L'operazione è riuscita due volte: nel campo dell'arte drammatica e in quello della danza. In essi la donna ha saputo imporsi fornendo spesso prestazioni eccelse.

¹Alfred Adler, «Die Zwangneurose», in *Zeitschrift für Individual-psychologie*, Lipsia, Hirzel, 1931.

²Si veda nota a p. 19 di *Tecnica del trattamento* (n.d.c.).

³Adler si riferisce qui non tanto alle tipologie come quella di Kretschmer, ma a quella da lui tracciata all'inizio del capitolo: i.

persone in cui domina la sfera intellettuale, II. predominio della vita sentimentale e istintiva, III. sviluppo nella direzione dell'attività (*n.d.c.*).

⁴Nel 17° secolo gli studenti tedeschi chiamavano filistei i borghesi loro nemici. Dopo che Goethe ha fatto entrare questo termine nel linguaggio comune, filisteismo ha universalmente assunto il significato di mentalità grettamente borghese, misoneista e retriva (*n.d.c.*).

8. Tipologia degli insuccessi

Mi avvicino allo studio dei tipi con qualche cautela per evitare che il lettore cui viene illustrato cada in balia di un'illusione, creda cioè che il tipo sia un qualcosa di molto preciso, di ben consolidato, poggiante su una struttura altrettanto solida. Infatti se la pensa così, e immagina che appena sentirà la parola criminalità o nevrosi o schizofrenia capirà subito qualcosa del caso che sta esaminando, si illude e non uscirà più dall'equivoco sorto fra lui e il paziente. Forse devo le migliori diagnosi cui sono pervenuto, studiando la vita psichica dei vari soggetti, proprio alla cautela con cui utilizzo la teoria dei tipi. Il suo impiego non può essere totalmente eluso perché consente una diagnosi generale, ma può dire poco sul caso specifico e sul suo trattamento. La cosa migliore è tenere sempre presente che in ogni caso di «insuccesso» noi abbiamo a che fare con dei sintomi, sintomi scaturiti da uno speciale complesso d'inferiorità, che occorre studiare, e che, in seguito alla comparsa di un fattore esogeno per il quale occorre un sentimento sociale superiore a quello del quale l'individuo disponeva fin dall'infanzia, si è trasformato in complesso di superiorità.

Incominciamo dai «bambini difficili da educare» (Schwererziehbaren Kinder). Ovviamente si può parlare di questo tipo solo dopo aver osservato a lungo il comportamento di un soggetto che si rivela non disposto a cooperare e a partecipare con diritti e doveri uguali. Tuttavia dobbiamo ammettere che non di rado un sentimento sociale sufficiente per circostanze di media rilevanza può risultare insufficiente in un ambiente, domestico o scolastico, che esige maggiore partecipazione. Questo caso è frequente e le sue manifestazioni sono note a tutti. Ci fa capire il valore della ricerca psicologica individuale e ci prepara a risolvere i casi più difficili. Anche un esame sperimentale o grafologico di un

individuo, che soltanto per breve tempo sia stato separato dal suo ambiente, può far commettere grossi errori e non autorizza a dare consigli, a fare proposte specifiche o a classificarlo in qualche modo. Stando così le cose, è chiaro che lo psicologo individuale, per poter vedere giusto, deve acquisire una sufficiente conoscenza di tutti i comportamenti, positivi e negativi, che caratterizzano la socialità del soggetto. Anzi deve anche possedere idee molto chiare su quelli che sono i propri compiti e sui compiti che la vita impone a tutti, nonché una conoscenza della vita che lo spinga a promuovere il bene comune.

Io ho proposto di classificare i bambini difficili secondo il seguente criterio, a mio avviso utile; di suddividerli cioè in: bambini prevalentemente passivi, pigri, indolenti, ubbidienti ma non-indipendenti, timidi e timorosi; e bambini prevalentemente attivi, prepotenti, intolleranti, impazienti, agitati, passionali, crudeli, millantatori, vagabondi, inclini al furto, sessualmente eccitati ecc. Qui essere pignoli, sottilizzare per cercare di stabilire i vari gradi di attivismo non serve. In ogni caso di «insuccesso» dobbiamo aspettarci, e difatti lo osserviamo, lo stesso grado di attivismo che si riscontra nell'infanzia. Nei bambini dotati di sufficiente sentimento sociale scopriremo un grado di attivismo quasi ottimale, che in questo caso si chiama coraggio. Quando si vuol verificare se questo grado di attivismo è presente anche nel temperamento e nel modo (rapido o lento) di agire di questi bambini, occorre tener presente che anche queste forme di espressione fanno parte dello stile di vita; pertanto una volta ottenuto un miglioramento, anch'esse risulteranno modificate. Naturalmente nei nevrotici si registra una forte prevalenza della passività, nei criminali una forte prevalenza dell'attivismo. Secondo alcuni autori anche i soggetti che non sono stati bambini difficili possono fallire nella vita. Io lo contesto: questa è un'affermazione sicuramente frutto di un esame del caso non sufficientemente approfondito. Certamente, circostanze esterne favorevoli possono nascondere le conseguenze di errori commessi nell'educare un bambino, però un esame condotto a regola d'arte le individua subito. In ogni caso alle prove sperimentali noi preferiamo quelle cui sottopone la vita stessa.

Le anomalie di cui si occupa la psicologia medica, a parte i casi di bambini che hanno subito trattamenti brutali, si riscontrano quasi esclusivamente nei bambini che sono stati viziati, che non sono indipendenti, e possono avere tanto un attivismo scarso quanto esaltato. Enuresi notturna, anoressia, incubi notturni, tosse nervosa, ritenzione delle feci, balbuzie ecc. esprimono la protesta di chi pretende tutto dagli altri contro le aspettative di autonomia e di cooperazione. Anche la masturbazione infantile, che non viene abbandonata nemmeno dopo che è stata scoperta, rivela questa mancanza di sentimento sociale. Non basta curare i sintomi, occorre estirpare il male dalla radice. Solo elevando il sentimento sociale possiamo aspettarci un successo sicuro.

Se già le anomalie e le difficoltà infantili prevalentemente passive mostrano un tratto di affinità con le nevrosi, la forte accentuazione del «sì» e quella ancora maggiore del «ma», l'arretramento di fronte ai problemi esistenziali si evidenzia nelle nevrosi con chiarezza pur senza l'aperta accentuazione del complesso di superiorità. Si osservano sempre un arretramento dal fronte della vita, una lontananza dalla cooperazione e una ricerca di agevolazioni e di pretesti. La persistente delusione e il timore di nuove delusioni e sconfitte diventano sintomi permanenti di shock, che accentuano la lontananza dalla soluzione dei problemi della società. Qualche volta, ma nella nevrosi ossessiva molto spesso, il malato arriva a maledire il prossimo, questo atteggiamento tradisce la sua asocialità. Nel delirio di persecuzione la sensazione del malato che la vita gli sia ostile emerge con una evidenza ancora maggiore. Lo inducono ad arretrare, tutti insieme, pensieri, sentimenti e valutazioni. Quindi non c'è dubbio: la nevrosi è un atto creativo, non un ritorno a forme infantili o ataviche. L'atto creativo, il cui autore è lo stile di vita, la legge dinamica verso la superiorità che il bambino si è dato, cerca in mille modi (corrispondenti allo stile di vita) di porre ostacoli sulla via che porta alla guarigione fino a quando nel paziente non prende il sopravvento il senso comune. Ho scoperto che, non di rado, la meta segreta della superiorità si nasconde dentro una prospettiva per metà triste e per metà consolatrice: cosa non sarebbe riuscito a fare

il paziente se il suo sviluppo non fosse stato bloccato da interventi sbagliati di altri! Nel periodo che precede l'insuccesso conclamato lo psicologo esperto trova sempre sentimenti di inferiorità molto pronunciati, l'aspirazione alla superiorità personale e una carenza di sentimento sociale. L'arretramento più drastico dai problemi della vita è il suicidio. Nella struttura psichica del suicida riscontriamo attivismo, non coraggio, si tratta infatti di un'attiva protesta contro la cooperazione. Il colpo che uccide il suicida non risparmia gli altri, non li lascia indifferenti. La comunità che aspira ad avanzare si sentirà sempre offesa da un suicidio. I fattori esogeni che provocano la fine dell'asociale sono i tre grandi problemi della vita da noi menzionati: integrazione sociale, lavoro e amore. In tutti i casi ciò che porta al suicidio o suscita desideri di morte è la mancanza di riconoscimento, la sconfitta, subita o temuta, in uno dei tre campi esistenziali, preceduta talvolta da una fase di forte depressione. Il contributo dato dalla Psicologia Individuale – nel 1912, conclusa la mia ricerca su questa malattia, ho potuto constatare che ogni autentica melancolia ¹ rappresenta, come la minaccia di suicidio e il suicidio, un'aggressione, un comportamento ostile nei confronti della comunità da parte di chi possiede scarso senso sociale – ha spianato poi la strada a una migliore comprensione di questa patologia. Il suicidio, nel quale purtroppo sfocia spesso questo disturbo, rappresenta un atto di disperazione che si sostituisce a un atto di cooperazione inteso a promuovere il bene comune. Possono portare a quest'atto di disperazione la perdita del patrimonio, del posto di lavoro, una delusione d'amore, ingiustizie subite. La legge dinamica che informa il suo stile di vita induce il malato a non arretrare nemmeno di fronte al sacrificio di congiunti o di altri. All'occhio acuto dello psicologo esperto non può sfuggire che si tratta sempre di individui che vengono delusi dalla vita più facilmente di altri perché si aspettano troppo da essa. A giudicare dal loro stile di vita si tratta evidentemente di persone dotate sin dall'infanzia di un alto grado di emotività, cui consegue una protratta fase di depressione o una propensione sia per l'autolesionismo che per l'eterolesionismo. Come hanno confermato ricerche recentemente condotte, il

trauma, l'effetto shock, che in esse è molto superiore alla norma, provoca a sua volta modificazioni fisiche attribuibili con ogni probabilità ai sistemi endocrino e neurovegetativo. Una ricerca più accurata ci consentirà di dimostrare che – come ho osservato nella maggior parte dei miei casi – le menomazioni organiche e ancor più una educazione sbagliata (permissiva e viziante per il bambino) producono questo stile di vita già nell'infanzia, frenando lo sviluppo del sentimento sociale. Non di rado è possibile evidenziare in questi soggetti una tendenza, palese o nascosta, alle esplosioni d'ira, al dispotismo in tutti i campi, a riscattare in qualche modo la propria dignità.

Un ragazzo di 17 anni, il più piccolo della famiglia, straordinariamente viziato dalla madre, quando questa dovette fare un viaggio, fu affidato alla tutela di una sorella maggiore. Una sera la sorella lo lasciò solo a casa e il ragazzo – che in quel periodo stava lottando a scuola contro difficoltà insormontabili – si tolse la vita. Lasciò scritto: «Non farlo sapere alla mamma. Il suo attuale indirizzo è... Quando torna dille che non mi piaceva più vivere e che deve portare fiori sulla mia tomba tutti i giorni».

Un vecchio affetto da un male incurabile si suicidò perché un suo vicino non voleva spegnere la sua radio.

L'autista di un ricco signore, quando alla morte di questo venne a sapere che non avrebbe riscosso la parte di eredità che gli era stata promessa, uccise prima sua moglie e suo figlio e poi se stesso.

Una donna di 56 anni, che era stata costantemente viziata – da bambina dalla madre e poi dal marito – e che in società aveva avuto un ruolo di primo piano, soffrì moltissimo per la morte del marito. I suoi figli erano sposati e poco propensi a dedicarsi completamente a lei. In seguito a un incidente riportò una frattura del collo del femore. Anche dopo la guarigione rimase isolata dalla società. Un giorno pensò che le sarebbe piaciuto fare un viaggio, un giro del mondo, del quale, stando sempre a casa, sentiva un forte desiderio. Due amiche si dichiararono disposte ad accompagnarla. Data la sua difficoltà a camminare, nelle città più grandi le amiche la lasciavano sola. Di conseguenza fu colta da una forte depressione che si aggravò

assumendo le caratteristiche della melancolia. Pertanto chiese a uno dei suoi figli di raggiungerla. Invece del figlio arrivò un'infermiera che la riportò a casa. Io la vidi 3 anni dopo. In tutto quel periodo la sua sofferenza non si era mai attenuata. Le dispiaceva soprattutto che la sua malattia facesse soffrire i suoi figli. I figli le facevano visita a turno, però, dato il lungo protrarsi della malattia, mostravano scarso interesse per la madre. La malata esprimeva continuamente il proposito di suicidarsi, ma non faceva che parlare delle straordinarie cure che i figli le prodigavano. Era evidente che la donna era oggetto di cure più sollecite di quelle che le erano state prodigate prima che si ammalasse, ma era evidente al contempo che il riconoscimento da parte sua della particolare dedizione riservatale dai figli era in stridente contrasto con la realtà, e in particolare con quella devozione che la donna, essendo viziata, si sarebbe aspettata. Solo mettendosi nei suoi panni si può capire quanto fosse difficile per lei non avere quelle cure che pagava a un prezzo così alto (la sua malattia).

Un altro tipo di attivismo, diretto però contro gli altri, non contro la propria persona, si sviluppa nei bambini che, essendo convinti di avere il diritto di servirsi del prossimo, arrivano a volte a mettere a repentaglio i beni, il lavoro, la salute e la vita degli altri. Il grado del loro attivismo dipende dal grado del loro sentimento sociale. E nel singolo caso bisogna sempre tener conto di questo dato di fatto. Naturalmente questa concezione del senso della vita, espressa attraverso pensieri, sentimenti, stati d'animo, tratti del carattere e azioni, mai mediante le parole adatte, rende loro difficile la vita reale, con la sua esigenza di socialità. In questa aspettativa, avvertita come legittima, che pretende sempre appagamenti immediati, non manca mai la sensazione dell'ostilità della vita. Inoltre questo stato d'animo è strettamente legato alla sensazione di essere stati derubati, per cui si accompagna costantemente a invidia, gelosia, avidità e a un desiderio irrefrenabile di sopraffare la vittima prescelta. Poiché quando il sentimento sociale è carente l'aspirazione allo sviluppo utile subisce un arresto, per cui le grandi aspettative alimentate dal desiderio di superiorità rimangono

inappagate; una passione che cresce è spesso l'occasione per aggredire il prossimo. Il complesso d'inferiorità diventa permanente appena il soggetto si accorge di avere fallito: nella scuola, nella società, nell'amore. La metà delle persone che arrivano a commettere un reato è costituita da lavoratori incolti che avevano fallito già a scuola. Gran parte dei criminali finiti in carcere è affetta da malattie veneree, indizio di una insufficiente soluzione del problema sessuale. Rivela l'inadeguatezza del loro sentimento sociale il loro scarso sentimento dell'amicizia, il fatto che riescono a intendersi solo coi propri simili. Il complesso di superiorità nasce dalla convinzione di essere superiori alle loro vittime, di essere in grado, operando «come si deve», di sfidare le leggi e le relative istituzioni. A parte i reati, purtroppo numerosi che non vengono mai scoperti, non esiste infatti delinquente che non sia perfettamente consapevole del male che ha commesso, quando viene colto in flagrante. Il criminale commette la sua azione nell'illusione di non venir scoperto purché la sappia commettere «come si deve». E quando viene colto sul fatto pensa di essere stato scoperto perché ha trascurato qualche dettaglio. Se si seguono a ritroso (fino all'infanzia) le tracce della sua propensione a delinquere, oltre a un precoce attivismo animato dall'ostilità e alla mancanza di sentimento sociale, si scoprono menomazioni organiche e un'educazione sbagliata: il soggetto è stato viziato e ha sviluppato, già nell'infanzia, uno stile di vita incline al delitto. La causa più frequente della sua condotta è forse l'educazione viziante. Poiché non può mai essere escluso un miglioramento dello stile di vita, in ogni singolo caso occorre verificare il grado di sentimento sociale e insieme il peso del fattore esogeno. Nessuno cede alle tentazioni più facilmente di un bambino viziato che è stato abituato a ottenere tutto ciò che voleva. È necessario stabilire esattamente la portata della tentazione che influenza chi è incline a delinquere, ed essa è tanto più pericolosa quanto più il soggetto è dotato di attivismo. Anche nel caso del crimine è necessario, ovviamente, indagare nei rapporti intercorrenti fra il soggetto e le circostanze. In molti casi il sentimento sociale esistente potrebbe essere sufficiente a impedire a un individuo di delinquere se le

circostanze non ne esigessero uno di misura superiore. Questo spiega anche perché il numero dei delitti aumenta considerevolmente quando le circostanze sono sfavorevoli. Che le circostanze stesse non sono sufficiente causa per delinquere è dimostrato dal fatto che negli Stati Uniti si è registrato un aumento del numero dei crimini anche nel periodo di maggiore prosperità, perché insieme ad essa erano aumentati gli allettamenti e il facile e rapido arricchimento. Il fatto che, nel ricercare le cause della propensione a delinquere ci imbattiamo, fra l'altro, in un ambiente sfavorevole durante l'infanzia, e che in certi quartieri delle grandi città si registra un aumento dei reati, non ci autorizza affatto a concludere che è questa la sola causa. Piuttosto è facile capire come in queste condizioni non sia logico aspettarsi uno sviluppo normale del sentimento sociale; né dobbiamo dimenticare quanto sia carente la preparazione alla vita di un bambino che cresce fra gli stenti e vede ogni giorno molto da vicino che molti vivono meglio di lui senza essere educato a sviluppare il proprio sentimento sociale. Un'illustrazione precisa di questa situazione ci è offerta dallo studio del dottor Young sui reati registrati in seno a una setta religiosa di immigrati. Nella prima generazione, vissuta isolata e in povertà, il crimine non figura affatto. Nella seconda generazione, i cui figli, pur frequentando le scuole pubbliche, venivano sempre allevati secondo le tradizioni della setta, si registra già un certo numero di reati. Nella terza generazione il numero dei reati è enorme.

Il «delinquente nato» non è più una categoria riconosciuta. Può commettere l'errore di credere che il «criminale nato» esista veramente, o che si possa delinquere solo per sensi di colpa, solo chi non tiene conto dei fenomeni da noi continuamente rilevati: il grave sentimento di inferiorità che affligge sin dall'infanzia, lo sviluppo di un complesso di superiorità e l'insufficiente evoluzione del sentimento sociale. Nei criminali si riscontrano con grande frequenza menomazioni organiche e sotto l'effetto scioccante di una condanna forti oscillazioni del metabolismo basale: probabili indizi di una costituzione che raggiunge l'equilibrio più difficilmente di altre. Fra i delinquenti sono numerosi i soggetti che

sono stati viziati durante l'infanzia o che hanno sentito il bisogno di essere viziati. Potremo convincerci di questi dati di fatto tutte le volte che studieremo a fondo le situazioni, che non ci accontenteremo di parole o di formule, ma indagheremo direttamente. I portatori di menomazioni organiche spesso sono brutti. Che un criminale bello sia stato viziato è giustificato dal fatto, da noi accertato, che moltissimi criminali belli hanno avuto un'educazione viziante.

N. era un bel ragazzo che, dopo 6 mesi di detenzione fu rilasciato con la condizionale. Aveva commesso un furto, aveva sottratto una considerevole somma di danaro dalla cassa del suo principale. Nonostante il rischio di dover espiare fino in fondo la sua condanna a 3 anni di carcere per un altro reato, si era appropriato nuovamente di una piccola somma. Prima che la cosa si divulgasse fu inviato da me. Era il primogenito di una famiglia molto rispettabile, viziato dalla madre. Notai subito che era ambiziosissimo, che voleva primeggiare in ogni circostanza. Faceva amicizia solo con le persone meno dotate di lui, rivelando così il sentimento di inferiorità che lo affliggeva. Nei suoi primi ricordi d'infanzia era sempre lui quello che riceveva. Nel luogo in cui aveva commesso il grosso furto vedeva sempre intorno a sé persone molto ricche in un periodo nel quale suo padre era disoccupato e non era più in grado di provvedere alla famiglia. Caratterizzano la sua ambizione, e insieme la sua convinzione di essere predestinato ad avere successo, dei sogni di volare e di situazioni fantasiose nelle quali il protagonista, l'eroe, è sempre lui. Aveva commesso il primo furto, tentato da un'occasione particolarmente allettante, per dimostrare al padre che era più bravo di lui; il secondo furto, più modesto, per protesta: contro la libertà vigilata e contro la nuova posizione in sott'ordine che occupava al lavoro. Mentre era in prigione, una notte sognò che gli veniva servito il suo piatto preferito pur rendendosi conto, già nel sogno, che queste cose in carcere sono impossibili. Questo sogno evidenziava sia la sua avidità sia la sua protesta contro la sentenza.

Nei tossicomani si riscontra di solito un attivismo minore.

Ambiente, plagio, assunzione di droghe come morfina e cocaina in occasione di una malattia o perché la propria professione di medico rende le droghe facilmente disponibili sono fattori che esercitano la loro influenza solo quando il soggetto si trova di fronte a un problema che non riesce a risolvere. Come nel suicidio, non manca quasi mai l'aggressione (velata), in questo caso contro le persone che hanno cura del tossicomane. Come ho potuto dimostrare, gli alcolisti debbono il loro vizio a una particolare componente gustativa, mentre gli astemi rifiutano gli alcolici perché manca in essi il gusto per l'alcol. La tossicomania rivela molto spesso la presenza di un marcato sentimento d'inferiorità o di un conclamato complesso di superiorità caratterizzato da vanagloria, propensione per la critica distruttiva, dispotismo, ecc., talvolta preceduto da manifestazioni quali timidezza, misantropia, ipersensibilità, intolleranza, irritabilità, e da sintomi nervosi quali ansia, depressione, impotenza sessuale. Anche il tabagismo e la caffeinomania rivelano spesso la presenza di un carattere debole, titubante, indeciso. Questo grave sentimento di inferiorità ogni tanto viene accantonato o addirittura, come nelle azioni criminose, trasformato in attivismo sfrenato. In tutti i casi di tossicomania ogni insuccesso, sia nei rapporti sociali che nella professione o in amore, può essere attribuito al vizio dominante. Spesso destano nel soggetto una sensazione di liberazione, di leggerezza, anche gli effetti immediati della droga assunta.

Un uomo di 26 anni, nato 8 anni dopo una sorella, essendo stato straordinariamente viziato, era pretenzioso e molto caparbio. Ricordava che la madre e la sorella lo tenevano spesso in braccio vestito come una bambola. Quando aveva 4 anni fu affidato per due giorni alla nonna, che era meno tenera di sua madre; di conseguenza al primo rimprovero egli mise insieme le sue cose e dichiarò che voleva tornare a casa sua. Il padre beveva, cosa che faceva infuriare la madre. A scuola, l'influsso esercitato su di lui dai genitori fu giudicato negativo. Come aveva fatto a 4 anni, quando la madre incominciò a vizzarlo di meno, anche da grande si sentì a disagio; e questa volta se ne andò davvero. Fuori casa, come accade spesso ai

ragazzi che sono stati viziati, non si seppe adattare, né sul lavoro, né nei rapporti sociali, né con le ragazze. Trovò maggior confidenza con delle persone che gli insegnarono a bere. Quando seppe che era stato arrestato per ubriachezza, la madre andò a cercarlo, lo trovò, lo riportò a casa e gli impose di smettere di bere. Risultato: il ragazzo ha continuato a bere e la madre ha ricominciato a viziarlo come e più di prima.

Uno studente di 24 anni accusava continuamente cefalea. Inoltre, già da quando frequentava il liceo aveva manifestato gravi sintomi di agorafobia, tanto che gli era stato consentito di sostenere l'esame di maturità in casa. In seguito le sue condizioni migliorarono notevolmente. Durante il primo anno di università si innamorò di una ragazza e la sposò. Poco dopo ricomparve la cefalea. I sogni che faceva questo individuo, ambiziosissimo e incredibilmente viziato – una volta per esempio sognò la moglie vestita da cacciatrice – permisero di scoprire che il malessere che lo affliggeva era provocato dalla sua eterna insoddisfazione e dalla gelosia nei confronti della moglie. Cosa di cui non si era mai reso conto con chiarezza. Da bambino era stato affetto da rachitismo e obesità. Ricordava che, essendo molto irrequieto, la governante per farlo stare fermo lo obbligava a giacere supino, cioè in una posizione dalla quale non riusciva a liberarsi perché, essendo obeso, da solo non era capace di rimettersi in piedi. Era il secondogenito e, poiché voleva sempre primeggiare, era in continuo conflitto col fratello maggiore. In seguito, circostanze favorevoli lo aiutarono a conquistare un posto importante, nel quale però si sentiva, fisicamente e psichicamente, inadeguato. Data la continua tensione che provocava in lui questa situazione, incominciò a drogarsi diventando morfinomane. Era stato disintossicato più volte, ma ogni volta era ricaduto nel vizio. Aggravò il quadro la sua infondata gelosia. Quando si rese conto che stava per perdere il suo posto di lavoro si suicidò.

¹V. Alfred Adler (1919), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie* [tr. it. *La Psicologia Individuale, prassi e*

teoria, ed. cit.].

9. Il mondo fittizio del soggetto viziato

Le persone viziate non godono di buona fama; non ne hanno mai goduta. Ai genitori non piace essere accusati di aver viziato i loro figli. Ogni persona viziata si rifiuta di essere considerata tale. Nessuno di noi saprebbe spiegare con esattezza cosa voglia dire viziare; però, come per intuizione, si sa che l'educazione viziante è un peso e un ostacolo a un corretto sviluppo.

Essere vizianti piace a tutti, ad alcuni però in modo particolare. Molte madri fanno solo viziare. Per fortuna molti figli si difendono con forza dall'essere vizianti, con una forza che talvolta riesce a ridurre i danni che potrebbero venir arrecati. Ridurli ricorrendo a formule psicologiche è difficilissimo. Non possiamo adottarle come direttive perché nella ricerca delle basi di una personalità o per spiegare atteggiamenti o caratteri queste potrebbero venir applicate senza discernimento, alla cieca. Dobbiamo aspettarci sempre un milione di varianti e sfumature e cercare conferma a ciò che crediamo di aver scoperto tramite controlli e confronti. Infatti il bambino che non vuol essere viziato oppone di solito una resistenza esagerata, cioè si difende anche nelle situazioni in cui sarebbe opportuno l'aiuto esterno.

Quando, in seguito, nella vita l'atteggiamento viziato tenta di farsi strada ma la libera volontà è integra, cosa molto frequente, il viziato prova disgusto per la situazione che si è venuta creando. Però questo disgusto non modifica lo stile di vita. Lo ha acquisito durante l'infanzia ed è un'abitudine ormai radicalizzata. Secondo la Psicologia Individuale il solo modo per capire un individuo consiste nell'osservare i comportamenti che adotta per risolvere i suoi problemi della vita. È necessario capire come si muove e perché compie certi movimenti. All'inizio della vita ogni individuo può contare su proprie possibilità di evoluzione; si tratta di possibilità

sicuramente diverse da quelle di tutti gli altri. Però noi possiamo individuare queste diversità solo osservando le sue prestazioni. Ciò che si osserva all'inizio della vita è già fortemente influenzato dalle circostanze esterne sin dal primo giorno di vita. Nella sua ricerca della via di sviluppo il bambino utilizza fin dalla nascita un duplice influsso: quello dell'eredità e quello dell'ambiente. Però è impossibile imboccare una via e seguire una direzione senza avere una meta. *La meta della psiche umana è [l'insieme di] successo, perfezione, sicurezza, superiorità.*

Nell'utilizzare gli influssi che gli provengono dal corpo e dall'ambiente il bambino deve necessariamente ricorrere al proprio potere creativo, al proprio intuito (capacità di prevedere) per trovare la sua via. La sua concezione della vita, che è alla base del suo atteggiamento, non esprimibile in parole né in pensieri, è il suo personale capolavoro. Grazie ad essa il bambino inventa la legge che presiederà ai suoi movimenti, quella che – dopo un po' di training – lo aiuterà a creare quello stile di vita che informerà per sempre i suoi pensieri, i suoi sentimenti e le sue azioni. Questo stile di vita si forma quasi sempre in una situazione nella quale per il bambino il sostegno è sicuro. Ma in seguito esso risulta del tutto inadeguato in molteplici circostanze, quelle in cui il soggetto è costretto ad agire senza l'aiuto di chi lo ama.

Di qui la necessità di trovare la risposta a due interrogativi: quale atteggiamento è giusto adottare di fronte ai problemi della vita? In che modo è giusto risolverli? La Psicologia Individuale cerca di contribuire il più possibile alla loro soluzione. Nessuno è detentore della verità assoluta; comunque una soluzione concreta per essere giudicata giusta da tutti, dev'essere plausibile almeno su due punti: 1. un pensiero, un sentimento, un comportamento devono essere ritenuti giusti solo quanto sono giusti *sub specie aeternitatis*; 2. la soluzione deve immancabilmente mirare al bene comune. Questo vale sia per i problemi che esistono da sempre sia per i problemi che emergono via via, per le questioni vitali e per quelle minori. I tre grandi problemi della vita che ognuno deve risolvere, e che deve risolvere a modo suo, il problema della società, quello del lavoro e quello dell'amore, potranno essere definiti in

modo corretto solo da chi si è impegnato sinceramente nell'interesse della comunità. Certo, di fronte ai problemi nuovi, che emergono di volta in volta, si può provare insicurezza, si possono avere dubbi, però solo l'interesse per la società fa evitare di commettere grossi errori.

Quando nella nostra ricerca individuiamo dei «tipi» abbiamo il preciso dovere di evidenziare ogni volta l'unicità che caratterizza il caso in esame. Questo riguarda anche i bambini viziati, che propongono un cumulo di problemi nella casa paterna, a scuola e nella società in cui sono inseriti. Dobbiamo scoprire l'*unicum* che caratterizza l'individuo. Quando abbiamo a che fare con bambini difficili, soggetti nervosi o psicotici, suicidi, criminali, tossicomani, pervertiti, ecc., abbiamo il preciso dovere di farlo. In tutti questi soggetti esiste una carenza di sentimento sociale, che è imputabile quasi sempre a un'educazione sbagliata, viziante, o, invece, all'imperioso desiderio di essere viziati e sollevati da ogni responsabilità.

L'attivismo di un individuo, o l'assenza dello stesso, è riconoscibile unicamente dal suo comportamento di fronte ai problemi della vita. Cercare di far risalire i sintomi determinati dall'insuccesso – come fa la psicologia impositiva – alle oscure zone di una eredità incerta o in generale a influssi ambientali negativi, che il bambino recepisce, digerisce e ai quali reagisce con arbitrio, non serve nel singolo caso, non ha alcun significato. Chi ritiene sempre uguali dei problemi esistenziali che sono invece sempre diversi, e quindi non coglie la unicità nel singolo caso, può essere facilmente indotto a credere alla inesorabilità delle cause, a considerare come diabolici responsabili delle sorti dell'uomo gli impulsi e gli istinti. Solo chi non si rende conto del fatto che in ogni generazione emergono problemi nuovi, precedentemente mai esistiti, può ritenere responsabile di un comportamento un inconscio ereditato. La Psicologia Individuale è una psicologia d'uso ed è consapevole del fatto che la mente dell'uomo per risolvere in qualche modo i problemi prova, ricerca e compie un'opera che è frutto della sua creatività, che nasce dal suo stile di vita. La teoria dei tipi perde gran parte del suo valore quando ci accorgiamo della

povertà del linguaggio dell'uomo. La parola «amore», ad esempio, definisce in realtà rapporti molto diversi. Sono mai uguali fra loro due individui introversi? È pensabile che la vita di due gemelli omozigoti – che, fra parentesi, molto spesso desiderano essere identici – possa svolgersi nello stesso identico modo? Noi possiamo, anzi dobbiamo, utilizzare sia ciò che è tipico sia ciò che è probabile, però non dobbiamo dimenticare che, anche quando esistono analogie, ogni individuo è diverso dall'altro. Nella nostra aspettativa, per poter illuminare il campo visivo nel quale speriamo di trovare l'*unicum*, dobbiamo servirci della probabilità, però appena ci imbattiamo in contraddizioni, dobbiamo rinunciare a farne uso.

Quando cerchiamo le radici del sentimento sociale e le modalità che nell'uomo ne rendono possibile lo sviluppo, ci imbattiamo per prima cosa nelle madri. Infatti la madre è la prima guida e il fattore più importante. La natura le ha affidato questo compito. Fra madre e bambino esiste un rapporto di cooperazione, di intima comunanza di vita e di lavoro, dal quale entrambi traggono vantaggio. Non è vero – come sostiene qualche autore – che si tratta di un sadico sfruttamento unilaterale da parte del bambino. Tutti gli altri, il padre, i fratelli, i parenti e i vicini, possono favorire questa cooperazione, insegnando al bambino a trattare il prossimo come si tratta un proprio simile, non un avversario. Prima il bambino sa di potersi fidare degli altri, prima impara a collaborare e prima sarà propenso a cooperare autonomamente e senza riserve.

Se invece la madre lo vizia e lo esonera dalla cooperazione, pensando e agendo in vece sua, il bambino avrà uno sviluppo parassitario e si aspetterà tutto dagli altri. Porrà sempre se stesso al centro di ogni situazione e aspirerà a sottomettere tutti gli altri. Svilupperà tendenze egoistiche e si crederà in diritto di sopraffare il prossimo, di essere coccolato, di prendere e di non dare. Bastano uno-due anni di questo tipo di educazione per bloccare lo sviluppo del senso sociale e la disponibilità a cooperare.

Ora appoggiandosi ad altri, ora assoggettandoli per il gusto di sopraffarli, il soggetto viziato prima o poi finisce per cozzare contro

la resistenza di chi non accetta il suo stile di vita, di un mondo che esige solidarietà, cooperazione. Quando le sue illusioni sono cadute, egli accusa gli altri e avverte soltanto ostilità nella vita. Le sue domande si ispirano al pessimismo: «Ha senso la vita?», «Perché dovrei amare il mio prossimo?», ed anche quando si adegua alle legittime richieste di un principio fondato su un'idea attiva della società, lo fa solo per evitare un probabile castigo. Posto di fronte ai problemi della vita: rapporti sociali, lavoro, amore, non trova la via dell'interesse sociale e subisce uno shock, un trauma fisico e psichico, e batte in ritirata. Ciononostante conserva l'atteggiamento acquisito nell'infanzia, per cui è convinto di aver subito un torto.

Ebbene, è facile capire che le varie componenti del carattere non solo non sono innate, ma esprimono soprattutto rapporti perfettamente allineati con lo stile di vita. Sono il prodotto della creatività del bambino. Il bambino viziato, colpevolmente indotto ad amare solo se stesso, svilupperà numerosi tratti egoistici: invidia, gelosia, avidità e manifesterà, come se visse in un paese nemico, ostilità, ipersensibilità, intolleranza, incostanza, irascibilità. Anche la tendenza ad arretrare, a non osare, è un fenomeno abituale.

La condotta di un individuo viziato nelle situazioni favorevoli talvolta è difficilmente interpretabile. È più facile comprenderla nelle situazioni sfavorevoli, quando il soggetto è sottoposto a prova, cioè deve dimostrare il livello del suo sentimento sociale. In queste circostanze egli assume un atteggiamento esitante o rimane lontano dal problema, e spiega questa distanza con argomentazioni fittizie, dalle quali si deduce che il suo comportamento è vile, non prudente. Cambia amici, partner e lavoro con particolare frequenza. Alcuni di questi soggetti iniziano a compiere un incarico con uno zelo fuori misura – indizio di scarsa fiducia in se stessi – zelo che, come lo psicologo esperto capisce subito, alla prima difficoltà scemerà per scomparire del tutto; altri si comportano in modo stravagante. Pur di eludere il compito preferiscono condurre una vita da eremiti, oppure lo affrontano solo parzialmente, nella misura consentita dal loro complesso di inferiorità. Se dispongono di una dose di attivismo, che non può certamente essere definito

«coraggio», prendono facilmente strade sbagliate dedicandosi ad attività socialmente non-utili o addirittura dannose, diventando criminali, possibili suicidi, alcolisti o perversi.

Entrare nella mente di un individuo molto viziato, capirlo fino in fondo, non è facile per nessuno. Occorre fare uno sforzo di immaginazione, entrare nella parte – come fanno i bravi attori – per immedesimarsi in un essere per il quale la propria persona deve porsi al centro dell'attenzione generale, sopraffare tutti gli altri, non collaborare mai, pretendere tutto senza mai dare nulla; occorre constatare come un individuo siffatto non faccia che sfruttare il prossimo, si serva dell'amicizia, del lavoro e dell'amore unicamente a proprio vantaggio, abbia interesse solo per se stesso, agisca con estrema arroganza, per capire che quella che lo guida non è la ragione, un sano razionalismo. Il bambino psichicamente sano sviluppa coraggio, un modo di ragionare universalmente valido e una buona capacità di adattamento alla realtà. Il bambino viziato è privo, o quasi, di tutte queste qualità; è soltanto vile e bugiardo. Inoltre ha una visione molto ristretta del mondo; per cui si ha l'impressione che incorra sempre nello stesso errore: un bambino tirannico appare sempre tirannico; un borsaiolo rimane un borsaiolo; il nevrotico ansioso reagisce sempre manifestando la sua apprensività; il tossicomane non abbandona mai la sua droga; il perverso rimane perverso. L'esclusione di ogni serio impegno dall'angusta sfera del loro campo d'azione rivela con chiarezza la loro codardia nei confronti della vita, la loro scarsa fiducia in se stessi, il loro complesso d'inferiorità, la loro tendenza a eludere i problemi.

Il mondo fittizio degli individui viziati, le loro prospettive, le loro opinioni e la loro concezione della vita sono molto lontani dal mondo reale. Questi soggetti sono praticamente incapaci di adattarsi alle esigenze dell'evoluzione umana, per cui sono in continuo conflitto con la vita; e i disastrosi risultati dell'educazione viziata che li ha ridotti così fanno soffrire anche le persone che li amano. Nell'infanzia troviamo questi soggetti tra i bambini troppo attivi o troppo passivi, nell'età adulta tra i criminali, i suicidi, i nevrotici e i tossicomani. Profondamente insoddisfatti di se stessi,

provano invidia per il successo degli altri, ma la loro è un'invidia sterile; non si danno da fare per migliorare la loro situazione, fanno solo invidiare. Li blocca la paura di subire una sconfitta, il timore che venga scoperta la loro pochezza. Davanti ai compiti della vita battono in ritirata, arretramento che giustificano spudoratamente con pretesti del tutto inconsistenti. Alcuni, è vero, raggiungono il successo. Sono quelli che hanno vinto, traendo insegnamento dai propri errori.

Queste persone viziate possono guarire e cambiare radicalmente solo se si convincono del fatto che il loro stile di vita è sbagliato. La cosa migliore sarebbe, ovviamente, prevenire gli errori che determinano questo stile di vita. La famiglia, in particolare la madre, deve capire che il suo amore per i figli non deve indurla a viziarli. Ci si può aspettare ancora di più dagli insegnanti dovrebbero imparare a riconoscere e a correggere questo errore perché, come spero di aver dimostrato e per tutte le sue conseguenze, non vi è errore educativo più grande del viziare i bambini.

10. Che cos'è in realtà una nevrosi?

Chi si è occupato per anni di questo problema capirà che alla richiesta di che cosa sia in realtà una nevrosi occorre dare una risposta chiara e molto esplicita. Se si scorre la letteratura per avere lumi ci si trova davanti a definizioni di ogni genere per cui alla fine ci si deve arrendere: in questo modo non si arriverà mai a una concezione unitaria.

Come sempre quando un problema presenta degli aspetti poco chiari le spiegazioni sono molteplici e le contestazioni numerose. Questo si verifica anche nel nostro caso. La nevrosi è: irritabilità, debolezza mista a irritabilità, un'affezione endocrina, la conseguenza di infezioni dentarie o nasali, una sessuopatia; la conseguenza di una diatesi ormonale, di una diatesi urica, del trauma del parto, del conflitto col mondo esterno, con la religione, con l'etica, della lotta tra il malefico inconscio e la coscienza pronta al compromesso, della repressione degli istinti (sessuali, sadici, criminali), del disturbo arrecato dal rumore e dai pericoli di una grande città, di un'educazione troppo permissiva o troppo severa, dell'educazione che si riceve in generale in seno alla famiglia, di certi riflessi condizionati, ecc. Molte di queste concezioni colgono nel segno e aiutano a spiegare fenomeni parziali (più o meno rilevanti) della nevrosi. Ma la maggior parte di questi disturbi si osserva spesso anche in soggetti non nevrotici. Tutto ciò impone che si dia una risposta alla domanda: cosa è in realtà una nevrosi? Rendono indispensabile una ferma spiegazione scientifica davanti a un vasto pubblico la enorme frequenza di questa malattia, il suo impatto sociale negativo, il fatto che solo una piccola parte dei nevrotici si sottopone a terapia, mentre molti altri la trascinano con grande sofferenza per tutta la vita, e, non ultimo, il grande interesse da parte dei profani per questo problema. Così ci renderemo conto

del fatto che per diagnosticare e trattare questo disturbo il medico deve possedere una preparazione ampia e profonda e non deve trascurare la possibilità di prevenirlo. Alcuni autori infatti propugnano la possibilità e la necessità di evitarlo. Ciò comporta, ovviamente, l'individuazione delle anomalie che ne sono alla base. Le misure atte a prevenire e/o riconoscere i larvati inizi di una nevrosi nascono dalle conoscenze del medico. Però è indispensabile la collaborazione da parte della famiglia, degli educatori e di altre persone. Ecco perché è necessaria una ampia diffusione delle conoscenze sulla natura e l'origine della nevrosi.

Bisogna accantonare le, ormai inveterate, definizioni arbitrarie secondo le quali la nevrosi, per esempio, nasce dal conflitto fra la coscienza e l'inconscio. È difficile discutere queste argomentazioni fin tanto che gli autori che sostengono questa concezione non ammettano che tutto nasce da un conflitto, per cui sostenendo la loro tesi essi, in fondo, non ci offrono alcun chiarimento sulla natura della nevrosi, nemmeno quando con presunzione scientifica definiscono organiche, chimiche, quelle alterazioni. Così facendo è difficile che possano dare un contributo alla soluzione del problema, perché sulle alterazioni chimiche noi non siamo in grado di pronunciarci. Anche altre definizioni molto diffuse ci informano pochissimo o niente circa l'origine di questa malattia. Viene definito nervosismo qualunque fenomeno negativo (irritabilità, diffidenza, timidezza ecc.) corrispondente a un tratto del carattere ostile alla vita e gravato da una marcata emotività. Tutti gli autori riconoscono che il nervosismo va di pari passo con la iperemotività. Molti anni fa nel descrivere il carattere dei nevrotici misi in evidenza la ipersensibilità di questi soggetti. Questa componente del loro carattere è sempre presente, anche se non è sempre facile scoprirla perché è mascherata. Però chi li osserva molto da vicino scopre che sono persone dotate di una grande sensibilità. Ricerche approfondite della Psicologia Individuale hanno individuato la fonte di questa ipersensibilità. Chi si sente a suo agio sulla faccia della Terra, chi è consapevole di dover affrontare sia le cose piacevoli che quelle spiacevoli della vita ed è disposto a cooperare, non sarà mai affetto da una ipersensibilità patologica.

L'ipersensibilità è espressione di un sentimento d'inferiorità e spiega la presenza di altri tratti del carattere dei nevrotici, per esempio quella dell'intolleranza o dell'impazienza. Chi si sente sicuro, chi ha fiducia in se stesso ed è pronto a confrontarsi coi problemi della vita, non è mai intollerante o impaziente. L'ipersensibilità e l'intolleranza-impazienza sono espressioni di una iperemotività. Se a tutto ciò si aggiunge il sentimento di insicurezza che, dopo una fase di stallo, aspira alla sicurezza, è facile capire perché l'aspirazione alla superiorità del nevrotico può spingersi sino alla ricerca della perfezione, può alimentare un'ambizione che tiene conto solo e unicamente della propria persona. Questo è comprensibile per chi si trova in difficoltà. Talvolta l'aspirazione ad elevarsi assume la forma dell'avidità, dell'avarizia, dell'invidia, della gelosia, che aprioristicamente sono condannate dalla società. Questi soggetti si accaniscono nello sforzo di superare le difficoltà, ma in realtà non credono di riuscire a trovare una soluzione sicura. Si aggiunga che a un forte sentimento di inferiorità si accompagna costantemente la codardia, per cui i nevrotici, invece di dar prova di coraggio, invece di affrontare il problema della vita, cercano di rendersi la vita più facile, tentando in mille modi di aggirarli o scaricandoli sul prossimo. Questo va di pari passo con la loro mancanza di interesse per gli altri. Ci guardiamo bene dal criticare o condannare i numerosi individui che si comportano in questo modo perché sappiamo che anche gli errori più gravi non vengono commessi consapevolmente, perché sappiamo che il nevrotico, purtroppo, diventa schiavo della propria erronea concezione della vita. I nevrotici hanno davanti ai loro occhi una meta e, per raggiungerla, finiscono col mettersi in conflitto con la ragione. Tutto ciò però non ci informa sulla natura, l'origine e la struttura della nevrosi. Mediante ulteriori ricerche noi abbiamo potuto fare un passo avanti perché abbiamo potuto constatare che l'atteggiamento esitante del nevrotico di fronte ai compiti della vita e le più piccole conseguenze sui processi della vita, che nascono dalle richieste della vita, dipendono dalla sua mancanza di coraggio. Una cosa è certa: seguendo a ritroso questa carenza la ritroviamo già nell'infanzia; e la cosa non ci sorprende perché

sappiamo che lo stile di vita si forma nei primi anni e non cambia più, non cambia nemmeno quando il soggetto, essendosi reso conto che il suo stile di vita è sbagliato, è in grado di pervenire a un livello di sentimento sociale che gli consente di agire per il bene comune.

Quando un bambino è molto attivo in senso negativo, è facile prevedere che al primo grosso insuccesso non diventerà un nevrotico ma un criminale, un suicida, un alcolista. Può apparire un bambino difficile di un genere particolare, però non possiede mai le caratteristiche del soggetto nevrotico. Abbiamo constatato che il raggio d'azione di un tale soggetto non è molto ampio. Il «nevrotico» ha un raggio d'azione meno ampio di quello di un soggetto normale. Ci stiamo avvicinando alla soluzione del problema e ci resta da stabilire da dove provenga l'attivismo. Poiché abbiamo constatato che è possibile ampliare e ridurre il raggio d'azione del bambino, che esistono i mezzi per ridurre al minimo il raggio d'azione di un bambino male allevato, ci rendiamo conto che qui non si tratta di ereditarietà, ma del prodotto della capacità creativa (schöpferischen Fähigkeiten) del bambino. Le pietre angolari di cui esso si serve per costruire la propria personalità sono il suo corpo e gli influssi provenienti dal mondo esterno. I sintomi nervosi che osserviamo e che suddividiamo in alterazioni fisiche di determinati organi e in alterazioni psichiche: manifestazioni di angoscia, idee ossessive, fenomeni depressivi che sembrano avere un significato speciale, cefalee nervose, accessi irrimediabili di rossore, impulso coatto a lavarsi e analoghe manifestazioni psichiche, sono tutti sintomi persistenti. Persistono a lungo. E se invece di perderci nel buio delle concezioni fantasiose e di supporre che essi si siano sviluppati senza senso, cerchiamo le connessioni, scopriamo che il compito di fronte al quale il bambino si trova, troppo difficile per lui, continua ad esistere. Così si spiega e chiarisce la persistenza dei sintomi delle nevrosi. I sintomi nevrotici insorgono di fronte a determinate incombenze. Noi abbiamo condotto ampie ricerche per scoprire in cosa consista la difficoltà a risolvere i problemi e la Psicologia Individuale ha fatto piena luce grazie alla constatazione che il nevrotico non riesce a risolvere specificamente quei problemi la cui soluzione presuppone

l'esistenza di una preparazione sociale sufficientemente sviluppato. Il bambino acquisisce tale preparazione nei primissimi anni d'infanzia. Possiamo parlare di effetti da shock solo dopo esserci accertati che un tale problema agisce effettivamente sempre come trauma. Gli effetti da shock possono essere di vario genere, possono essere determinati dal deterioramento dei rapporti sociali, da una delusione subita per colpa di un amico. Chi non l'ha sperimentata, chi non è mai stato profondamente scosso dal comportamento scorretto di un amico? Però queste emozioni non sono sempre un sintomo di nevrosi; lo diventano solo quando durano nel tempo, quando si cronicizzano, quando il soggetto è perennemente diffidente e si difende da tutti, chiunque essi siano, quando risulta evidente che la sua timidezza e i sintomi fisici (cardiopalmo, sudorazione, fenomeni gastrointestinali, impellente bisogno di urinare) gli impediscono sempre di avvicinare altre persone. Condizione che, per le delucidazioni individual-psicologiche ci dice e ci informa con estrema chiarezza del fatto che il soggetto non ha sviluppato a sufficienza il sentimento di contatto (das Kontaktgefühl) con gli altri, il che finisce per essere compensato dall'isolamento. Adesso possiamo delineare ancor meglio cosa è una nevrosi. Quando una persona perde danaro nel campo del lavoro, la cosa la traumatizza. Però l'atteggiamento che assume diventa nevrotico solo se dura nel tempo, cioè se lo shock che ha subito continua a condizionare le sue azioni ed egli non sa andare oltre. Spiega questo comportamento l'insufficiente capacità di cooperazione, il fatto che il nevrotico non si blocca solo se non incontra ostacoli. Lo stesso vale per il problema dell'amore. La soluzione di questo problema non è certo cosa da poco. Qui occorrono esperienza, comprensione e responsabilità. È nevrotico solo l'individuo che di fronte a questo problema si agita e si irrita, che quando viene respinto arretra, e la cui ritirata si accompagna a sentimenti autoprotettivi e a una concezione della vita che lo inducono a cedere le armi. Ognuno di noi subisce uno shock quando rullano i tamburi della battaglia; esso però si cronicizza solo in chi non è stato preparato ad affrontare la vita e per questo si blocca. Noi abbiamo motivato questo blocco dicendo: si tratta di

persone che non sono state preparate a risolvere tutti i loro problemi e di persone che, sin dall'infanzia, non hanno mai sperimentato un lavoro comune, però dobbiamo aggiungere una cosa: i nevrotici soffrono e non riescono a liberarsi dalla loro sofferenza. Quindi supporre – come fanno alcuni autori – che sia il nevrotico stesso a desiderare di soffrire, supporre che di fronte a un problema che non riesce a risolvere sia lui che si fa venire il mal di testa, è semplicemente assurdo. Tutte le ipotesi secondo le quali il nevrotico è il diretto responsabile della propria sofferenza sono concezioni sbagliate. Il nevrotico soffre, però preferisce la sua sofferenza a una sofferenza ancora maggiore, quella che gli procurerebbe la presa d'atto della sua incapacità ad affrontare la vita. Per questo preferisce la sofferenza causatagli dalla nevrosi a quella prodotta dalla scoperta della sua pochezza. Oppone la massima resistenza alla constatazione della propria mancanza di valore sia chi è nevrotico sia chi non lo è; il nevrotico, però, agisce con maggiore ostinazione. Una cosa è certa, il soggetto ipersensibile, intollerante, impaziente, iperaffettivo, ambizioso, non migliora finché teme che, migliorando, venga alla luce il suo scarso valore. Ora, quale stato d'animo si instaura nel soggetto in seguito all'azione di effetti traumatizzanti? Non è stato lui a produrli; essi sono la conseguenza di una sensazione di sconfitta, della paura che si scopra la sua pochezza. Non possiede la necessaria inclinazione a combattere tali effetti, né è in grado di evitarli. Vorrebbe liberarsene; insiste: vorrei guarire, voglio liberarmi da questi sintomi. Va dal medico anche per questo motivo. Però non si rende conto che continua a temere di fare la figura dell'incapace, che possa venire alla luce l'inconfessabile segreto di valere poco. A questo punto possiamo dire cosa è la nevrosi. La nevrosi è il tentativo di evitare un male peggiore, il tentativo di conservare, costi quel che costi, almeno un'apparenza di valore, ma al contempo il desiderio di raggiungere questo obiettivo senza pagare alcun prezzo. Cosa purtroppo impossibile. Come è impossibile preparare alla vita il nevrotico e infondere coraggio a costo zero; anche se un'adeguata preparazione alla vita non è ottenibile certo con la durezza, castigando il soggetto, mediante costrizioni. Come

sappiamo, molte persone dotate di un marcato attivismo preferiscono togliersi la vita piuttosto che risolvere i loro problemi. Ci è chiaro perciò che ogni costrizione è assolutamente infruttuosa. Affinché il soggetto possa avviarsi a risolvere i suoi problemi autonomamente è necessario sottoporlo a una preparazione sistematica che gli trasmetta la necessaria sensazione di sicurezza. Un orientamento opposto creerebbe individui che si credono sull'orlo di un baratro, che temono, se vengono spronati, di precipitare rovinosamente nell'abisso perché è stata scoperta la loro assenza di valore.

Un avvocato di 35 anni accusa continui dolori alla regione occipitale, disturbi di vario genere alla regione gastrica, pesantezza al capo e debolezza generale. Inoltre è in uno stato di continua agitazione. Spesso mentre parla con estranei è preso dal timore di perdere la coscienza. In casa, coi suoi genitori, si sente «più leggero», sebbene anche in casa regni un'atmosfera che non lo fa sentire a suo agio. È convinto che a causa di questi disturbi non riuscirà mai ad avere successo.

L'esame clinico evidenzia unicamente una scoliosi che, data la ipotonia muscolare determinata dallo stato depressivo, potrebbe spiegare i dolori al dorso e alla regione occipitale. La stanchezza potrebbe dipendere dal fatto che non riesce a stare fermo o anche dallo stato depressivo. I disturbi alla regione gastrica, vista la negatività dell'esame obiettivo, sono meno facili da interpretare; potrebbero derivare da una irritazione dei nervi prodotta dalla scoliosi, o rappresentare la risposta di un organo geneticamente minorato, meno efficiente. Depone per quest'ultima ipotesi la frequenza dei disturbi gastrici già durante l'infanzia. Inoltre accusa analoghi disturbi anche suo padre, ugualmente senza riscontro organico. Infine il paziente ci informa che quando si agita perde sempre l'appetito e qualche volta vomita. Un disturbo ritenuto di scarsa rilevanza ci fa capire il suo stile di vita. La sua irrequietezza e il fatto che non si sente a suo agio nemmeno in casa ci dicono che il paziente in realtà non ha rinunciato del tutto a lottare per il proprio successo. Però la sua paura di perdere coscienza ci fa pensare alla

nevrosi: il paziente ci dice che quando non può fare a meno di incontrare degli estranei la sua agitazione aumenta; però non sa come ciò avvenga. Non sa che è lui che accresce, quasi intenzionalmente, la propria agitazione, e che lo fa per due ragioni. Una è evidentissima, anche se non lo è per tutti: il paziente si interessa esclusivamente ai propri sintomi. L'altra è la inesorabilità della retrocessione, di quell'«avanzata con arretramento» che già molto tempo fa io ho definito un importante sintomo nevrotico ¹, e che nel nostro caso si accompagna a qualche debole tentativo di reazione. Ora, quando il paziente si trova a dover affrontare problemi (di contatti sociali, di lavoro, d'amore) che non è stato preparato a risolvere, questa tensione – che però deve essere dimostrata, in quanto, per ora, si tratta soltanto di un'intuizione medico psicologica – provoca alterazioni non solo nel corpo ma anche nella psiche. È, ovviamente, l'insufficiente preparazione di questa persona che provoca disturbi funzionali nel corpo e nella mente. Il paziente, che forse precedentemente ha già subito qualche scacco, arretra, teme il «fattore esogeno», si sente costantemente minacciato da una sconfitta, specie se, essendo stato viziato da bambino (altra prova che dovremo verificare), avverte come sempre più irraggiungibile la meta della superiorità personale cui aspira con tutte le sue forze. In questa situazione caratterizzata da emozioni particolarmente forti, che nascono sempre dal timore di una sconfitta definitiva, benché il timore non si palesi sempre con tutta la sua evidenza, conformemente alla costituzione fisica, per lo più congenita, e di quella psichica, sempre acquisita, i sintomi che troviamo nella nevrosi e nella psicosi appaiono sempre intrecciati fra loro e si influenzano reciprocamente.

Ma si tratta già di nevrosi? La Psicologia Individuale in verità ha contribuito in notevole misura a rispondere a questa domanda. Ha chiarito che alla soluzione dei problemi esistenziali si può essere male o bene preparati, con in mezzo mille varianti, e che la sensazione della incapacità di risolverli, cioè di affrontare il «fattore esogeno», fa vibrare corpo e psiche in mille modi. Ha dimostrato che la mancanza di preparazione risale alla primissima infanzia ed è

una lacuna che, solo se è meglio compresa, può essere colmata. Esperienze ed emozioni direttamente vissute non sono in grado di colmarla. Ha scoperto che il fattore che integra lo stile di vita è il sentimento sociale. Per poter risolvere tutti i problemi esistenziali il paziente deve possedere un alto grado di sentimento sociale. Io ho definito «complesso d'inferiorità» l'insieme dei fenomeni fisici e psichici che accompagnano e caratterizzano la sensazione di incapacità ad affrontare la vita. Però nel caso del complesso di inferiorità questi effetti traumatizzanti negli individui ben preparati sono minori che in quelli mal preparati, e nei soggetti più coraggiosi sono minori che in quelli meno coraggiosi e continuamente bisognosi di un aiuto esterno. Ognuno vive nel corpo e nella psiche conflitti che in qualche modo lo traumatizzano. Il proprio corpo e le condizioni sociali destano in tutti una sensazione di inferiorità nei confronti del mondo esterno. Le menomazioni congenite degli organi sono fin troppo frequenti, per cui le esigenze della vita colpiscono spesso molto duramente. I fattori ambientali che agiscono sul bambino non gli rendono certo facile strutturare uno stile di vita «corretto». L'essere stati viziati e il supporre di essere stati trascurati, o esserlo stati realmente, inducono molto spesso il bambino a contrastare lo sviluppo del sentimento sociale. Si aggiunga che il bambino per lo più trova la propria legge dinamica senza una guida adeguata, in base alla ingannevole legge della prova e dell'errore, frenato arbitrariamente solo dai limiti umani, ma sempre aspirando, con mille varianti, a una meta di superiorità. Per sviluppare la propria dinamica individuale il bambino, grazie al suo potere creativo «utilizza» come impulsi tutte le impressioni e tutte le sensazioni che riceve e avverte. Questo fatto, sul quale ha richiamato l'attenzione per prima la Psicologia Individuale, successivamente è stato definito «attitudine» o «forma», senza tener conto della globalità dell'individuo e della sua strettissima connessione coi tre grandi problemi esistenziali, disconoscendo così le acquisizioni della Psicologia Individuale. Ora, è già nevrosi il conflitto del bambino «cattivo», del suicida, del criminale, dell'ultrareazionario e ultraradicale militante, dell'essere ottuso, del ricco edonista

disturbato dalla povertà che lo circonda? Sono già nevrosi questo conflitto, e le relative conseguenze fisiche e psichiche? Tutte queste persone contrappongono la loro erronea e perseverante «legge dinamica» a quella «verità» sottolineata dalla Psicologia Individuale, tutte queste persone entrano in conflitto con ciò che è «giusto» *sub specie aeternitatis*, con le ineludibili esigenze di una società ideale. Tutti avvertono in mille modi, nel corpo e nella psiche, le molteplici conseguenze di questo contrasto, di questo scontro con la realtà. Ma è nevrosi tutto ciò? Sarebbe come dire che, se non esistessero le inesorabili richieste della società, ognuno di noi potrebbe limitarsi a obbedire alla propria «legge dinamica» o, come potremmo dire con maggior fantasia, ai propri impulsi e ai propri riflessi condizionati, e non esisterebbe alcun conflitto! È chiaro che può concepire una tesi così assurda solo chi finge di ignorare la stretta connessione che lega l'individuo alla società o chi cerca di separarlo da essa. Ognuno di noi obbedisce, con maggiore o minore consenso, alla ferrea legge della società ideale. Solo un bambino rovinosamente viziato può dichiarare: «res mihi subigere conor» ² che, liberamente tradotta, suona: «Cerco di asservire la società ai miei fini senza offrire in cambio alcuna collaborazione». «E perché mai dovrei amare gli altri?». È un imperativo che emerge dall'inscindibile vincolo che lega fra loro tutti gli uomini nell'ideale di società ³. Solo chi aspira a realizzare questo obiettivo e vi ottempera con la propria legge dinamica sarà in grado di risolvere con spirito sociale anche i propri conflitti con la comunità.

Come tutti, anche il nevrotico ha i suoi conflitti, però cerca di risolverli in modo diverso dagli altri. Data l'enorme molteplicità delle varianti si osservano spesso nevrosi parziali e forme miste. La dinamica che porta ad arretrare dai suoi compiti per una temuta sconfitta, che potrebbe compromettere la sua vanità e la sua aspirazione alla superiorità personale, è di antichissima data e risale all'infanzia. La massima della sua vita «tutto o niente», l'ipersensibilità di chi si sente costantemente minacciato da una sconfitta, la sua impazienza, l'emotività che lo fa sentire sempre in un paese nemico, la sua avidità, producono spesso conflitti così gravi da indurre alla resa, a quella resa che fa parte del suo stile di

vita. Questa tattica della ritirata, praticata e sperimentata sin dall'infanzia, può essere facilmente scambiata per «regressione», per un ritorno a desideri infantili. Invece al nevrotico non interessano i desideri, per lui è importante arretrare – un arretramento che gli costa sacrifici di ogni genere. Anche qui alcuni autori pensano erroneamente a «forme di autopunizione». Invece il nevrotico non vuole autopunirsi, vuol provare la sensazione di sollievo che gli procura la ritirata, che lo salva dal crollo definitivo della meta ambiziosa.

Forse adesso si capisce finalmente perché la Psicologia Individuale attribuisce grande valore alla «sicurezza» nel pieno senso del termine, una sicurezza che in questo caso ha un'importanza primaria, non certo «secondaria». Il nevrotico arretrando si mette «al sicuro» e garantisce e assicura il proprio ripiegamento, accentuando i fenomeni fisici e psichici prodotti dal trauma dell'impatto col problema che non sa risolvere.

Preferisce la sofferenza prodotta dalla sua malattia a quella che gli provocherebbe un'offesa arrecata alla sua personale ambizione – fenomeno che solo la Psicologia Individuale ha rilevato. Questo stato d'animo, che nella psicosi emerge con più forza che nella nevrosi, è così prevaricante che sgomenta il soggetto, per cui vi accede con una sorta di confuso e trepidante sacro rispetto quando deve dar prova nella realtà della propria ambizione. Esso lo sprona ad avanzare, mentre lui, condizionato dalla ritirata che gli impone il suo stile di vita, deve respingere e dimenticare tutto ciò che potrebbe ostacolarlo, per dar spazio unicamente a pensieri, sentimenti e azioni di resa. Dedica tutta la sua attenzione a indietreggiare. Ogni passo in avanti gli costa la paura di precipitare nel baratro. Perciò si sforza in mille modi e con tutto se stesso di rimanere nelle retrovie. Le esperienze che, in misura minore, lo hanno già traumatizzato e alle quali rivolge tutto il suo interesse per distogliere lo sguardo dall'unico fattore importante, la paura che si scopra la sua lontananza dall'agognata meta della superiorità personale, l'enorme dispendio di sentimenti mascherati da metafore oniriche e da lui prodotti in modo distorto per rimanere fedele a uno stile di vita totalmente in contrasto col

sentimento comune, gli permettono di restare aggrappato alle sicurezze acquisite, di non subire la sconfitta. Il pericolo maggiore è rappresentato dal giudizio degli altri, da coloro che fanno valere circostanze attenuanti per giustificare la nevrosi, ma che senza di esse non riconoscerebbero il malfermo *nimbus* del nevrotico. In breve: la nevrosi è *l'utilizzazione da parte del soggetto di esperienze che lo hanno già traumatizzato al fine di proteggere il minacciato nimbus*, ovvero uno stato d'animo caratterizzato dal «sì-ma». Nel «sì» c'è l'accettazione del sentimento sociale, nel «ma» ci sono il ripiegamento e le sue insicurezze. Ritenere responsabile della nevrosi la religiosità o la sua assenza non ha senso, serve solo a denigrare la religione e così l'attribuire la guarigione dalla nevrosi all'appartenenza a un partito politico nuoce a quel partito ⁴.

Terminata l'università, il nostro paziente si cercò un posto di aiutante presso lo studio di un avvocato, però vi rimase solo poche settimane, perché aveva la sensazione che il suo raggio d'azione fosse troppo limitato. Dopo aver cambiato altri posti di lavoro, decise di dedicarsi agli studi teorici. Fu invitato a tenere conferenze su problemi giuridici, ma rifiutò l'invito perché «non se la sentiva di parlare davanti a tanta gente». I primi sintomi della sua nevrosi comparvero in quel periodo – allora il paziente aveva 32 anni. Volendo aiutarlo, un amico si offrì di tenere una relazione insieme a lui ma il paziente pose la condizione di poter parlare per primo. Raggiunse il podio tremante e confuso: vedeva delle macchie nere davanti agli occhi, aveva paura di svenire. I primi disturbi gastrici sono comparsi poco dopo quella conferenza. Dichiarò che se fosse stato costretto a parlare un'altra volta davanti a tanta gente sarebbe sicuramente morto. In seguito si dedicò esclusivamente all'insegnamento nelle scuole elementari.

Un medico da lui consultato gli spiegò che per guarire doveva praticare attività sessuale. Definire assurdo un consiglio del genere è fin troppo facile. Il paziente, già in fase di ripiegamento, reagì manifestando il timore di contrarre la sifilide, alcune perplessità di ordine etico e la paura che le donne lo imbrogliassero, che potessero attribuirgli la paternità di un figlio non suo. I suoi genitori però gli

consigliarono di sposarsi, gli presentarono la ragazza, e all'inizio tutto sembrò filare liscio. Ma dopo aver avuto un figlio, la moglie se ne andò da casa, tornò dai suoi genitori perché – spiegò – non ce la faceva più a sopportare le continue critiche di un uomo che si credeva molto superiore a lei.

Quindi il paziente in circostanze che per lui non presentavano alcuna difficoltà ha dato prova di arroganza, ha assunto atteggiamenti altezzosi, mentre precedentemente, in una circostanza che poteva mettere in luce la sua pochezza, ha battuto immediatamente in ritirata. In seguito non si è più occupato né della moglie né del figlio; si è preoccupato unicamente di non fare brutte figure; e l'accanimento che mette in questo sforzo è superiore alla forza con cui aspira al successo. Giunto al collaudo della vita ha fallito. Oggi è in balia di continue incertezze e di mille timori, e arretra sempre di più; e per assicurarsi l'arretramento erige immaginarie barriere.

Prove più forti? Sono due. 1. La constatazione che durante l'infanzia il soggetto è stato portato fuori strada, cioè è stato indotto a costruirsi lo stile di vita che abbiamo osservato. 2. La constatazione che da adulto ha adottato comportamenti ispirati al medesimo stile di vita. In ogni caso – a mio avviso – prova l'esattezza di tale giudizio, la piena concordanza fra i comportamenti che contribuiscono ulteriormente a caratterizzare il soggetto e quelli già constatati. Quando tale concordanza manca, l'idea che il medico si è fatta del paziente va rivista e modificata in modo opportuno.

La madre, a detta del paziente, era una donna senza polso alla quale egli era molto attaccato, che lo ha viziato in modo eccessivo e che si è sempre aspettata da lui grandi prestazioni. Il padre era meno propenso a viziarlo, però anche lui cedeva appena il paziente esprimeva i suoi desideri con il pianto. Tra i fratelli preferiva un fratellino, più piccolo di lui, che lo adorava: esaudiva ogni suo desiderio, gli correva dietro come un cagnolino e si faceva guidare da lui. Il paziente rappresentava la speranza della famiglia ed era riuscito a farsi rispettare anche dagli altri fratelli. Quindi, una situazione estremamente facile lo ha reso inadatto ad affrontare la vita.

La stessa cosa si è vista già il primo giorno di scuola. Era il più piccolo della classe e ne ha approfittato per manifestare il suo dissenso. Ha cambiato scuola due volte. Poi però, impegnandosi a fondo, è stato capace di superare i compagni. Quando non ci riusciva batteva in ritirata: rimaneva a casa fiaccato dal mal di stomaco o di testa oppure arrivava in ritardo. Quando non brillava in modo particolare, sia lui che i genitori attribuivano la cosa alle frequenti assenze, però nello stesso tempo il paziente li assicurava che «lui sapeva di più e aveva letto più di tutti gli altri».

Appena accusava un disturbo, anche leggero, i genitori lo mettevano a letto e lo curavano con grandi premure. Era sempre stato un bambino ansioso; durante la notte qualche volta si svegliava in preda al panico e pretendeva che la madre si occupasse di lui.

Il paziente ovviamente non era consapevole del significato di queste manifestazioni e delle connessioni esistenti fra loro – fenomeni che palesano il suo stile di vita, come non era anche cosciente del fatto che quando a letto leggeva fino a tardi lo faceva per poter godere il giorno dopo del privilegio di alzarsi più tardi e di essere esonerato dal compiere il lavoro che era tenuto a fare. Con le ragazze era stato ancora più timido che con i ragazzi; e questo atteggiamento ha caratterizzato tutta la sua adolescenza. Ovviamente mancava di coraggio in qualunque situazione che ritenesse lesiva per la sua vanità. Era tanto insicuro di essere bene accolto dalle ragazze quanto era sicuro della totale dedizione da parte della madre. Nella vita coniugale si è comportato con la stessa arroganza con cui da scapolo trattava la madre e i fratelli, per cui essa, inevitabilmente, fallì.

Ho potuto constatare che lo stile di vita di un individuo è ravvisabile già nei suoi più lontani ricordi d'infanzia. Il suo ricordo più remoto era legato alla morte di un fratello più piccolo e al pianto disperato del padre. La cosa ci fa venire in mente che il paziente un giorno ha detto che preferiva morire che affrontare il pubblico. Caratterizza bene il grado di socialità di un individuo il modo in cui si comporta con gli amici. Il nostro paziente riconosce che le sue amicizie sono sempre durate poco e che ha sempre cercato di dominare gli amici. Quando gli ho fatto notare che sfruttava le sue

amicizie, mi ha risposto: «Credo che nessuno si prodighi per gli altri; ognuno in realtà pensa solo per sé». La propensione all'arretramento risulta quando dichiara che gli piacerebbe scrivere: degli articoli, un libro; ma appena si accinge a scrivere viene colto da una eccitazione così forte che gli impedisce di pensare. Spiega che riesce a prender sonno solo se prima legge qualcosa. Ma siccome quando legge si sente la testa pesante, poi non riesce ad addormentarsi. Suo padre è morto poco tempo fa, mentre il paziente si trovava in un'altra città nella quale qualche giorno dopo avrebbe dovuto occupare un posto di lavoro che poi rifiutò. Successivamente gli fu offerto un lavoro nella sua città e rifiutò anche questo, spiegando che, siccome la notte precedente non sarebbe riuscito a prender sonno, il giorno dopo avrebbe fatto di certo una pessima figura. Era necessario che prima guarisse completamente. Un esempio del fatto che la legge dinamica del paziente è reperibile anche nel sogno: in esso si ritrova il «sì-ma» del nevrotico. La tecnica della Psicologia Individuale, che ci consente di scoprire la dinamica di un sogno, non ci dice niente di nuovo, niente che già non sappiamo, ci conferma quanto abbiamo già capito esaminando il comportamento del paziente. La corretta interpretazione dei contenuti ci informa che il soggetto obbedendo alla propria legge dinamica cerca di imporre (anche quando sogna) il proprio stile di vita, totalmente contrastante col senso comune, mediante l'artificiosa esaltazione dei propri sentimenti ed emozioni. Spesso si rilevano addirittura degli indizi del fatto che è il paziente a produrre i propri sintomi. Il nostro paziente una notte ha fatto il seguente sogno: «Dovevo fare visita a degli amici che abitavano al di là di un ponte. La ringhiera del parapetto era stata appena verniciata. Volendo guardare l'acqua mi sono appoggiato alla ringhiera. Ma a causa della pressione troppo forte lo stomaco ha cominciato a dolermi. Allora mi son detto "Non devi guardare l'acqua". Mi sono avvicinato alla ringhiera, ho guardato giù, ma poi ho subito indietreggiato pensando che era meglio che mi mettessi al sicuro».

La visita agli amici e la ringhiera appena riverniciata sono chiare allusioni al sentimento sociale e al rinnovamento dello stile di vita. Il sogno evidenzia con tutta chiarezza la paura del paziente di cadere dall'alto (del proprio prestigio), il suo «sì-ma». I dolori allo

stomaco, scatenati dalla paura, segnalano la presenza di un organo geneticamente debole. Il sogno rivela: 1. che il paziente si rifiuta di contribuire agli sforzi che il suo medico fa per liberarlo dalle sue fobie, 2. la vittoria del vecchio stile di vita con l'aiuto di una convincente costruzione di un pericolo che imponga di ricercare la sicurezza della ritirata.

La nevrosi consiste nello sfruttamento automatico (sganciato dalla consapevolezza del paziente) dei sintomi prodotti da un trauma. Vi ricorre, per non perdere il proprio prestigio, l'individuo cui un'educazione sbagliata (viziante) ha indicato già nell'infanzia la via dello sfruttamento di questo suo nimbus (si-ma). Per quanto riguarda i sintomi fisici, campo nel quale trionfano le fantasie di alcuni autori, ecco come devono essere valutati. L'organismo nella sua globalità è un tutto che aspira all'equilibrio. E per raggiungere questo equilibrio, nelle circostanze difficili, ricorre a ogni mezzo: modifica il battito cardiaco, la profondità del respiro, il numero degli atti respiratori, la coagulazione del sangue e il funzionamento delle ghiandole endocrine. Si è constatato che lo stress, in particolare quello determinato da traumi psichici, stimola il sistema vegetativo e quello endocrino, aumentando o modificando le secrezioni delle varie ghiandole. I traumi psichici più gravi, quelli prodotti dal pericolo di morte, stimolano in particolare la tiroide. Io ho avuto modo di vedere questo tipo di pazienti. Infatti, Zondek, il massimo ricercatore in questo campo, per scoprire quali effetti psichici sono in gioco in questi casi si è avvalso della mia collaborazione. Inoltre è indubbio che spesso i casi di Basedow conseguono a traumi psichici.

Grazie alle ricerche sulla implicazione dei surreni si è potuta accertare l'esistenza di un complesso simpatico-adrenalinico e si è scoperto che la secrezione surrenale aumenta specialmente per effetto dell'ira. Mediante esperimenti sugli animali il ricercatore americano Cannon ha dimostrato che, nelle esplosioni d'ira, il tasso ematico di adrenalina aumenta e stimola l'attività cardiaca e quella psichica. Quindi cefalea, nevralgia facciale e forse qualche accesso epilettico hanno un'origine psichica. Si tratta, in questi casi, di

soggetti costantemente traumatizzati da un problema che non dà loro tregua. Da qui la persistenza dei sintomi. Il problema, come è noto, può riguardare il contatto sociale, il lavoro e l'amore. In una nevrotica di 20 anni è facile che si tratti di amore, se non del lavoro, in un cinquantenne (uomo o donna che sia) del problema dell'età, che il soggetto non riesce a risolvere proprio perché è convinto di non esserne capace. Ognuno di noi percepisce i fatti della vita solo indirettamente – attraverso quella che è la sua concezione della vita – mai direttamente. Può guarire dalla nevrosi solo chi riconosce l'errore nella propria concezione della vita ed è in grado di sviluppare il proprio sentimento sociale.

¹V. nota 3, Cap. 6, *Il complesso di inferiorità*.

²Frase che, disapprovandola, Orazio mette in bocca all'egoista: *res mihi subigere conor*, «cerco di asservire le cose al mio vantaggio».

³Si veda anche Alfred Adler (1931), *Der Sinn des Lebens, Zeitschrift für Individual-psychologie*, 1931, S. 161.

⁴Queste chiare prese di posizione che separano nettamente prassi e teoria analitica da ideologie, religioni e politica sono maturate in un lungo cammino che, con profonde sofferenze, ha causato laceranti conflitti all'interno della Società di Psicologia Individuale. Ma forse sono proprio i dissidenti come Rudolf Allers, Fritz Kunkel, Alice Rühle-Gerstel, Dimitrije Mitronovic, Manes Sperber, ecc., che testimoniano meglio di qualsiasi teorizzazione la laicità della dottrina scientifica analitica adleriana. Alcuni spunti per ulteriori approfondimenti di questo tema si possono trovare nella presentazione generale dell'opera, nella nota a p. 367 de *Psicologia del bambino difficile* e nella presentazione di *Psicologia Individuale e religione* in E.E. MARASCO (2000), *Storia della Psicologia Individuale in Italia*, SIPI, Milano (n.d.c.).

11. Le perversioni sessuali

Spero che la rappresentazione puramente schematica delle perversioni sessuali ¹ non deluda troppo i lettori. Poiché so che la grande maggioranza di loro ha familiarità con le concezioni basilari della Psicologia Individuale, immagino che tale trattazione, anche se non esaustiva, possa essere sufficiente, e venga accolta di buon grado. Qui mi preme evidenziare la concordanza fra il nostro modo di vedere le cose e la struttura delle perversioni sessuali. È un discorso non privo di pericoli, perché oggi prevale in forte misura la corrente che vorrebbe attribuire le perversioni sessuali a fattori congeniti. È un argomento importantissimo, per cui questo punto di vista non va assolutamente sottovalutato o trascurato. Secondo noi le perversioni sessuali sono atteggiamenti acquisiti, non innati, come sostiene una concezione che si è inserita nell'educazione in modo subdolo, all'insaputa di chi opera in questo campo. Di qui il profondo contrasto che ci separa da altri studiosi e le non minori difficoltà nei confronti di altri ancora, fra i quali Kraepelin, che propugnano una concezione analoga.

Per far capire quale sia la nostra maniera di porci nei confronti di chi pensa in altro modo, descriverò un caso che non ha niente a che vedere con le perversioni sessuali, ma che può servire a spiegare il mio punto di vista sulle concezioni psicologiche. È il caso di una donna felicemente sposata e madre di due figli, in conflitto coi familiari e i conoscenti da ben 6 anni. Il problema è il seguente: secondo lei una sua amica d'infanzia, che lei aveva sempre ammirato per le sue capacità, da 6 anni la tratta con arroganza. Per dimostrarlo la paziente sostiene: «Può darsi che io esageri, però tutto sommato ho ragione. Sei anni fa questa mia amica ha criticato un'altra amica in sua assenza; però quando era presente dimostrava

di volerle bene». Temeva che l'amica potesse comportarsi nello stesso modo anche con lei. Altra prova: «Un giorno la mia amica ha detto: "Questo cane è ubbidiente, però non è intelligente" e contemporaneamente ha guardato nella mia direzione, come a voler dire: "come te"». I familiari e i conoscenti della paziente non condividono affatto i suoi sospetti e stanno dalla parte dell'accusata.

Di fronte agli altri, secondo la paziente, quella donna mostrava il suo lato migliore. Per dare più forza alla propria opinione, diceva: «Basta guardarla come tratta il suo cane. Lo tormenta facendogli fare giochi di destrezza che il cane esegue con grande fatica». Le è stato risposto: «Ma si tratta solo di un cane, con le persone non si comporta così, con le persone è buona». I figli della paziente erano molto affezionati alla sua amica e non la pensavano come la madre. Anche il marito non condivideva la sua opinione. La paziente cercava continuamente di dimostrare che l'amica nei suoi confronti assumeva atteggiamenti arroganti. Io non esitai a dire alla paziente che secondo me lei aveva ragione. Ne rimase entusiasta. Allora mi raccontò altri fatti, i quali rafforzarono la mia impressione che quella donna fosse effettivamente arrogante; e la mia impressione fu confermata dal marito. Conclusione: la mia paziente aveva ragione, però, forte della propria convinzione, aveva esagerato. La sua convinzione rispondeva a verità, però lei ne faceva cattivo uso. Insiste oltre misura nella ricerca degli atteggiamenti che possono provare che l'amica la tratta male. Invece di rendersi conto che tutti, in fondo, tendiamo larvatamente a dir male degli altri, trova biasimevole tutto ciò che l'amica fa e tutto ciò che ha. Una volta mi ha detto: «Ha la pelle più brutta della mia. E io, anche se non sono intelligente come lei, ho sicuramente più fiuto, più intuito».

Con questo voglio dire che spesso aver ragione è la cosa più infausta che si possa immaginare. Suonerà sorprendente, ma forse ognuno di noi in vita sua ha sperimentato di avere ragione ma di non dover insistere nel propugnare le proprie convinzioni, perché da un bene può nascere un male. Basta pensare a che cosa sarebbe successo se questa donna fosse caduta nelle mani di una persona senza scrupoli. L'avrebbe dichiarata affetta da delirio di

persecuzione, da idee paranoide e col suo trattamento l'avrebbe fatta peggiorare. È difficile rinunciare al proprio punto di vista quando si ha ragione. Anche tutti i ricercatori si trovano nella stessa situazione quando le loro conclusioni hanno suscitato molte critiche. Noi sappiamo di avere ragione, ma dobbiamo evitare di farne cattivo uso, cioè di abusare degli argomenti che lo provano. Il fatto che tanti ricercatori combattono le nostre idee non ci deve irritare. Nella scienza bisogna avere grande pazienza. Il fatto che oggi prevale la tesi dell'ereditarietà delle perversioni sessuali, che i suoi sostenitori parlino di un terzo sesso o sostengano che l'omosessualità è congenita, il fatto che secondo alcuni studiosi sia impossibile correggere queste anomalie proprio perché sono ereditarie, non deve indurci a rinunciare alle nostre convinzioni. Una cosa è certa: gli organicisti nelle loro ricerche sulle modificazioni organiche che portano a strane anomalie riscuotono pochi successi.

Per quanto concerne l'omosessualità vorrei far presente un articolo (uscito l'anno scorso [1932]) su questo problema, già sollevato nel 1927, quando Laqueur ha scoperto che nell'urina di tutte le persone sono presenti ormoni dell'altro sesso. È un'osservazione che sorprenderà chi trova difficoltà ad aderire alle nostre concezioni, convinto com'è che le perversioni derivino dalla bisessualità. Le ricerche di Bran su nove omosessuali hanno dimostrato che in tutti e nove erano presenti gli stessi ormoni che si riscontrano negli eterosessuali. Si tratta di un passo avanti nella nostra direzione. L'omosessualità non dipende dagli ormoni.

Vorrei sottoporre al lettore uno schema che comprende e suddivide le varie correnti della psicologia. Esistono *psicologie del possesso* che si propongono di accertare cosa possiede e porta in dote una persona quando viene al mondo, e fanno derivare tutto ciò che è psichico da questo possesso. Dal punto di vista del senso comune è una faccenda fatale. Nella vita infatti si è inclini a trarre tutte le conseguenze non dal possesso, ma dall'*uso* di ciò che si possiede. È molto più importante l'uso che non il possesso. Non è detto che chi possiede una spada ne faccia un uso corretto; può gettarla via, può infilzarci qualcosa o qualcuno, arrostarla e così via.

A noi interessa l'uso più del possesso. Pertanto vorrei dire: esistono altri orientamenti psicologici che andrebbero definiti *psicologia dell'uso*. Per la Psicologia Individuale, che per comprendere un individuo osserva l'atteggiamento che egli assume di fronte ai problemi esistenziali, è importante appunto l'uso che esso fa di ciò che possiede. Per l'uomo ben pensante non c'è bisogno di aggiungere che l'uso non può andare oltre le sue capacità, che deve cioè sempre muoversi nell'ambito di ciò che è possibile per l'uomo; capacità di cui è impossibile stabilire esattamente la portata. Il fatto che è ancora necessario parlare di cose ovvie è spiacevole, ma prova che l'ignoranza sta invadendo trionfalmente il terreno della psicologia.

Per quanto riguarda l'uso delle capacità bisogna dire che il passo più importante in assoluto è stata la constatazione fatta dalla Psicologia Individuale che la modalità di movimento della vita psichica di ogni soggetto [cioè la sua legge dinamica] è il fattore determinante della sua peculiarità (Eigenart) [del suo carattere]. Sebbene sia stato necessario congelare il movimento per vederlo come forma, abbiamo sempre guardato tutto da questo punto di vista osservando così che tutto è movimento, trovando la soluzione del problema e riuscendo a superare le difficoltà ². Pertanto non si può dire che il principio del piacere contrasta con la nostra concezione. Anche l'aspirazione al piacere è il superamento di una carenza, di un dispiacere. Se le cose stanno così, le perversioni sessuali vanno viste anche in questa luce. Finalmente è stato illuminato il campo del movimento, come vuole la Psicologia Individuale. Vorrei far presente che stabilire formule e concezioni fondamentali sulla struttura delle perversioni serve molto poco. Il singolo caso rimarrebbe fuori dalla nostra visuale, perché ogni caso rappresenta un unicum, un evento che non si ripeterà più. Per cui la terapia può essere solo personalizzata. La psicologia dell'uso ci insegna che l'individuo separato dal consorzio umano cui appartiene non ha modo di evidenziare la propria peculiarità [carattere]. Pertanto possiamo scoprire la sua caratteristica personale, il suo particolare modo di essere e di agire, solo dopo aver osservato come usa le sue capacità. Da questo punto di vista la

Psicologia Individuale è vicina alla psicologia sperimentale, molto più limitata; solo che per noi è la vita l'esperimento che mette alla prova il soggetto. Noi dobbiamo considerare due aspetti: 1. valutare i fattori esogeni, a nostro avviso importantissimi, che l'individuo è chiamato ad affrontare; 2. scoprire il rapporto che intercorre fra il soggetto e i fattori esterni. Cogliere in quale modo si muove, come tenta di risolvere i problemi. La Psicologia Individuale osserva la dinamica del soggetto, il modo di porsi di fronte a problemi sociali. Le possibilità sono infinite. In queste diverse possibilità riusciamo a orientarci solo se in piena coscienza supponiamo l'esistenza di alcune tipologie, che presentano continue varianti, e successivamente indaghiamo su queste varianti. Il riconoscimento di queste tipologie illumina il campo della ricerca, ma dopo sarà necessario scoprire l'individuale. E questa è un'impresa difficile, che richiede grande sensibilità. Però questa sensibilità può venir acquisita. Inoltre dobbiamo individuare il grado di difficoltà che il problema presenta per il soggetto, e soltanto per lui, e possiamo comprenderlo solo se possediamo sufficiente esperienza sociale e la capacità di immedesimarci in lui, di capire fino in fondo il suo stile di vita. In questa legge dinamica possiamo distinguere quattro forme tipiche, che io ho descritto nei miei due ultimi lavori ³.

Come carattere distintivo rispetto alle altre forme dinamiche con cui vengono affrontati i compiti della vita amorosa, nelle perversioni scopriamo, sorprendentemente, uno spiegamento di forze notevolmente ridotto, per cui, per esempio nel feticismo, viene risolta solo una parte del problema. È importante anche rendersi conto del fatto che tutte queste dinamiche, escludendo la norma, puntano a una meta, al superamento di sentimenti di inferiorità. Se consideriamo l'uso che il soggetto fa delle sue capacità, guidato dal senso che – senza saperlo, senza averlo espresso in parole e concetti – attribuisce alla vita, se partiamo da questo punto di vista, possiamo indovinare quale superiorità, quale appagamento (che identifica col superamento) vuol ottenere, affrontando il problema dell'amore senza avvicinarsi ad esso, rimanendo distante o avanzando lentamente. Rimandiamo all'esempio di Quinto Fabio Massimo il Temporeggiatore che vinse

una battaglia perché aveva temporeggiato, cosa che a sua volta dimostra unicamente che rispettare rigorosamente una regola è impossibile. Questo desiderio di superamento emerge anche nelle nevrosi sessuali (frigidity, eiaculazione precoce, ecc.). Il problema viene toccato, però da lontano, con esitazione e senza cooperazione, per cui non viene risolto. Fa parte di questa dinamica anche l'evidentissima tendenza al disimpegno, che si palesa con la massima evidenza nell'omosessuale puro, ma anche nel feticista e nel sadico. In quest'ultimo si riscontra una marcata aggressività – che non porta alla soluzione del problema – e insieme un tipo particolare di esclusione e di esitazione, nel quale l'eccitazione sessuale induce a reprimere, a sottomettere l'altro con una marcata aggressività che porta a una soluzione monca, solo unilaterale del problema. Lo stesso vale per il masochismo, dove la meta del superamento va vista in due direzioni. È chiaro che il masochista dà ordini al partner, di cui, a dispetto della debolezza che lo affligge, si sente superiore. Ma è anche chiaro che col suo comportamento egli esclude la possibilità di una sconfitta. Riesce a vincere la *tensione che lo angoscia* per mezzo di un inganno.

Se consideriamo la presa di posizione individuale del soggetto troviamo che: adottando una determinata forma di movimento egli esclude, ovviamente, altri modi per risolvere il problema. Questa esclusione non è casuale. Come è acquisita per effetto di un training la sua dinamica, così è acquisita per effetto di un training anche questa esclusione. Non esiste perversione sessuale senza training. Se ne rende conto solo chi presta attenzione ai processi dinamici. Ma è necessario rilevare anche un altro punto. È normale il processo di chi affronta un problema per risolverlo nella sua interezza. Ma noi non rileviamo una tale preparazione quando prendiamo in considerazione i processi dinamici precedenti di questo individuo. E se ritorniamo ai suoi primi anni di vita scopriamo che durante l'infanzia hanno agito influssi esterni e possibilità innate e si è generato un prototipo. Però non possiamo mai sapere a priori quale uso farà il bambino di tutti gli influssi esterni e di quanto avviene nei suoi organi ⁴. Qui il bambino opera nel regno della libertà, col suo potere creativo, per cui le probabilità

sono infinite. E io mi sono sempre preoccupato di evidenziarle e nello stesso tempo dinegarne qualsiasi determinismo causale⁵. Non è vero che il bambino che viene al mondo con una insufficienza funzionale delle ghiando-le endocrine è destinato a diventare nevrotico; esiste anche la possibilità che una corretta educazione lo aiuti a sviluppare una buona capacità di contatto sociale. Perché il bambino possa diventare un adulto normale, il prototipo dev'essere dotato dell'impulso a cooperare. L'intero sviluppo di un individuo dipende dal sentimento del contatto (Kontaktgefühl) che si è evoluto durante il suo terzo, quarto, quinto anno di età. Perché è già a questa età che si rivela il grado della sua capacità di relazione (Grad der Anschlußfähigkeit). Quando ricerchiamo le cause di un insuccesso scopriamo che tutti i movimenti sbagliati si possono spiegare con la scarsa capacità di contatto sociale del soggetto. Anzi, nelle condizioni in cui egli si trova, non può che opporsi a tutte le altre forme di movimento per le quali non è preparato, può solo *protestare*. Quando giudichiamo questi individui dobbiamo essere indulgenti perché si tratta di persone che non hanno imparato a sviluppare a sufficienza l'interesse sociale (sozialen Interesse). Quando ci si è resi conto di questo si capisce pure che il problema dell'amore è un problema sociale, che non può essere gestito da chi nutre scarso interesse per l'altro, né può essere risolto da chi, non essendo convinto di dover contribuire all'evoluzione dell'umanità, ha per forza di cose una dinamica diversa dal soggetto che è idoneo a risolvere il problema dell'amore. Possiamo dire che tutti i perversi sono individui che non hanno imparato a vivere socialmente.

Inoltre possiamo individuare le fonti di errore, che ci fanno capire perché il bambino, incapace di contatto sociale, non progredisce. Il primo responsabile del suo arresto di sviluppo, della non acquisizione della capacità di contatto, è *l'essere stato viziato*. I bambini viziati hanno contatto solo con la persona che li vizia, per cui escludono necessariamente tutte le altre. Per ogni singola perversione sono evidenziabili anche altri influssi. Possiamo dire: sotto l'influsso di questa esperienza, il bambino ha strutturato la sua legge dinamica, per questo ha gestito il problema del suo

rapporto con l'altro sesso in questa direzione. Tutti i pervertiti rivelano la loro legge dinamica, che li condiziona non solo nei confronti del problema dell'amore, ma anche nei confronti di tutti i problemi che non sanno risolvere. Ecco perché nelle perversioni sessuali riscontriamo le stesse caratteristiche che si osservano nelle nevrosi: ipersensibilità, impazienza, intolleranza, eccessiva espansività, avidità. Inoltre i pervertiti si giustificano, come i nevrotici, dicendo che si sentono costretti a fare ciò che fanno. È come se cercassero con grande impegno di realizzare il progetto disegnato dalla loro peculiarità. La loro protesta contro ogni altra forma è così forte da far correre seri pericoli agli altri (violenza sessuale, omicidio, sadismo).

Vorrei indicare come si può scoprire il training che porta a una determinata forma di perversione sessuale, per far capire come certe perversioni possano nascere in seguito a un particolare addestramento. Questa è un'acuta indicazione della Psicologia Individuale: il training non va ricercato solamente in qualcosa di materiale perché può essere praticato anche col pensare e nel sogno. Molti autori credono che un sogno perverso sia la prova di una omosessualità congenita, mentre noi, partendo da una diversa concezione della vita onirica, abbiamo potuto constatare che il sogno omosessuale fa parte del training, come ne fa parte lo sviluppo dell'interesse per lo stesso sesso e per l'esclusione dell'opposto. Vorrei evidenziare la presenza di questo training in una età nella quale non si può ancora parlare di perversioni sessuali. Riporto due sogni per dimostrare che questa dinamica è reperibile anche nella vita onirica. Lo psicologo individuale, forte delle sue convinzioni, ricerca la forma di vita (Lebensform) ⁶ del soggetto in ogni piccolo frammento. Però deve trovare la forma di vita di chi sogna anche nel contenuto dei suoi sogni, non solo nei suoi pensieri, che, comunque, se la forma di vita viene capita fino in fondo, sono straordinariamente indicativi dell'atteggiamento che egli ha di fronte ai problemi esistenziali. Indaghiamo come fanno i poliziotti. Purtroppo non disponiamo di tutti i materiali che occorrerebbero per assolvere a questo compito, per cui dobbiamo ricorrere all'intuito, sforzarci in tutti i modi di cogliere nel segno,

per capire l'individuo nella sua globalità.

Primo sogno: «Sto vivendo nel futuro; è tempo di guerra e tutti i maschi, compresi i ragazzi sopra i 10 anni, devono andare in guerra...».

Dalla prima frase lo psicologo individuale capisce che si tratta di un bambino attento ai pericoli e agli aspetti negativi della vita.

...Una sera mi sveglio e mi accorgo che sono in un letto d'ospedale. Accanto al letto stanno seduti i miei genitori.

Dalla scelta dell'immagine si deduce l'educazione viziante.

Ho chiesto loro cosa fosse successo. Mi hanno detto che c'era la guerra e che per evitare che andassi in guerra mi avevano fatto operare per farmi diventare una femmina.

È come se il ragazzo avesse detto: quando sono in pericolo cerco l'aiuto dei miei genitori. Si esprime così un bambino viziato. Ma procediamo per gradi. Nel nostro lavoro dobbiamo muoverci nel modo più prudente possibile. Qui emerge il problema del cambiamento di sesso. A parte gli esperimenti scientifici, che sono ancora *sub iudice*, dobbiamo dire che la trasformazione di un maschio in una femmina dimostra qui la non conoscenza del problema. Il sogno palesa l'insicurezza del soggetto nei confronti della vita sessuale; ci dimostra che egli non è pienamente convinto del proprio ruolo sessuale. Potrà meravigliare il fatto che si tratta di un ragazzo di 12 anni, al quale la vita, con i suoi compiti, guerra compresa, appare inaccettabile, per cui protesta.

Le ragazze non sono obbligate ad andare in guerra, però se fossi costretto ad andarci non mi potrebbero colpire l'organo sessuale che mi manca.

In guerra si può venir mutilati dell'organo sessuale. Ecco un argomento più a favore del sentimento sociale che implica il rifiuto della guerra che della castrazione.

Tornavo a casa, la guerra, come per miracolo, era finita.

Quindi l'operazione è stata superflua. Cosa farà adesso?

Forse non è necessario che mi comporti come una femmina; forse non ci sarà una guerra.

Come vediamo, non si separa dal suo ruolo di maschio. Noi

dobbiamo considerare il modo in cui si muove, la sua dinamica. Sta cercando di fare un passo avanti in direzione del proprio sesso.

A casa divenni molto triste e ho pianto tanto.

I bambini che piangono molto sono bambini viziati.

I miei genitori mi hanno chiesto perché piangessi. E io ho risposto che piangevo perché ero una femmina, perciò da grande avrei dovuto soffrire i dolori del parto.

Anche il ruolo femminile non gli garba. Una cosa è certa: il ragazzo cerca di evitare tutto ciò che è sgradevole. Ho constatato che i pervertiti da bambini sono stati viziati, per cui sono esseri insicuri che hanno un grande bisogno di identificazione. Può succedere allora che il bambino non sappia se è maschio o femmina... Cosa deve fare? Sul versante maschile non c'è speranza, su quello femminile altrettanto.

Il giorno dopo ho sognato che ero andato all'associazione di cui faccio parte; appartengo a una associazione di giovani esploratori.

Possiamo già immaginare come si comporterà.

Ho sognato che nella nostra associazione c'era una femmina, un'unica femmina che i maschi tenevano in disparte.

Ricerca della separazione dei sessi.

I ragazzi mi invitavano a unirmi a loro; ma io ho risposto che ero una femmina e mi sono avvicinato a quella ragazza. Mi sembrava così strano di non essere più un maschio. Pensavo: "Come mi devo comportare dal momento che sono una femmina?"

All'improvviso emerge la questione del comportamento; come mi devo comportare; come si comportano le femmine?

Questo è il training. Solo chi ha osservato il training in tutte le perversioni sessuali, il modo in cui avviene la costrizione ad uscire dalla norma, si rende conto che la perversione sessuale è un prodotto artificiale che ognuno si crea da sé, indotto dalla sua costituzione psichica, e talvolta da una costituzione fisica congenita che gli facilita il compito.

Qui la mia riflessione è stata interrotta dal rumore di un botto. Mi sono svegliato e mi sono accorto di aver battuto la testa contro la parete.

Chi sogna assume spesso un atteggiamento che corrisponde alla sua legge dinamica ⁷. Finire con la testa contro un muro è un modo di dire molto comune. Questo comportamento per noi è significativo.

Questo sogno mi ha fatto un'impressione tale...

L'intenzione del sogno è proprio questa. È un sogno che vuol lasciare traccia.

...che a scuola non sapevo ancora se ero maschio o femmina; durante l'intervallo sono dovuto andare al gabinetto per cercare di capire se sono o non sono una femmina.

Secondo sogno: *Ho incontrato l'unica femmina della nostra classe. La stessa ragazza che avevo già sognato. Mi ha invitato a fare una passeggiata con lei. Le ho risposto: "adesso vado solo coi maschi". Allora lei mi ha fatto vedere che aveva un organo sessuale come quello dei maschi. Le ho chiesto come fosse possibile. Mi ha raccontato che era stata operata. Per i maschi è più facile diventare femmine; è più difficile il contrario, bisogna aggiungere qualcosa. Perciò le avevano attaccato un piccolo organo sessuale di gomma. A questo punto la nostra conversazione è stata interrotta da una voce che diceva: "alzati!". I miei genitori mi stavano svegliando. Sono rimasto a letto altri 5 minuti, tentando di riprendere sonno per continuare il sogno, ma non ci sono riuscito.*

Un certo tipo di bambini viziati ha un forte interesse per tutto ciò che è magico; sono affascinati da tutto ciò che è strano, dall'occulto, da tutto ciò che è difficile spiegare; credono nella telepatia. Vediamo adesso come ha cercato di spiegare questo sogno il ragazzo:

Nelle descrizioni delle guerre avevo letto che si vedono volare in aria organi sessuali. Ho sentito dire che se si perde l'organo sessuale si muore.

Ecco da dove viene l'importanza che il ragazzo attribuisce all'organo sessuale.

Sulla prima pagina di un giornale ho letto: «Due ausiliarie diventate soldati in due ore».

Si trattava probabilmente di una malformazione degli organi sessuali che non era stata riconosciuta.

Per concludere vorrei riflettere in modo semplice sul problema. Esistono ermafroditi veri, nei quali è effettivamente difficile stabilire se sono femmine o maschi. Lasciamo che siano loro a fare quello che vogliono del loro ermafroditismo. E poi esistono gli pseudoermafroditi, nei quali si osservano malformazioni che simulano un'analogia con l'altro sesso. In realtà il corpo di ogni individuo contiene tracce di parti dell'altro sesso e l'urina contiene ormoni dell'altro sesso. Ecco perché si è portati a pensare che forse in ogni individuo alberga un gemello, con tutte le possibili varianti. Probabilmente un giorno il problema della contemporanea presenza di entrambi i sessi nello stesso individuo sarà risolto insieme al problema dei gemelli. Come sappiamo, ognuno di noi nasce da una cellula femminile e da una cellula maschile. Non è escluso che lo studio del fenomeno dei gemelli ci possa illuminare un giorno anche sull'ermafroditismo, del quale ognuno di noi porta tracce.

Per quanto riguarda il trattamento, la maggior parte degli studiosi sostiene che la perversione è inguaribile. Invece la guarigione è difficile, non impossibile. È difficile perché i pervertiti sono individui che nel corso della loro vita si sono allenati a diventarlo, obbedendo a una legge dinamica che li obbliga ad agire come agiscono. Sono costretti a seguire la direzione da essa indicata, cioè a fare un uso improprio del corpo e della psiche, perché non hanno sviluppato una sufficiente capacità di contatto umano. In altre parole, sviluppare a sufficienza il sentimento sociale è ciò che rende possibile un uso corretto del corpo e della psiche, nozione che fa ipotizzare come possibile la guarigione *anche di un buon numero di pervertiti*.

¹V. R. Dreikurs, *Seelische Impotenz*, Lipsia, Hirzel, e ALFRED ADLER (1917), *Das Problem der Homosexualität*, tr. it. *Psicologia dell'omosessualità*, l.c.

²Nell'*Estetica trascendentale* (I. KANT, *Critica della ragion*

pura, 1781, 1787), Kant afferma che la forma soggettiva del tempo e dello spazio sono leggi che il soggetto trova nella sua natura e, seguendole, dà alle sue impressioni sensoriali un ordine. Successivamente (1790, *Kritik der Urtheilskraft*) asserisce che la forma è la coerenza armonica a un fine immanente all'oggetto e che dà piacere rispondendo alla necessità di un fine del soggetto. Le tre *Critiche* avevano solo il valore di preparare una successiva sistematizzazione del suo pensiero. Kant era scettico sulla possibilità di costruire una psicologia, anche se di fatto l'aveva già costruita o di cui aveva comunque già posto tutte le premesse. Adler è riuscito a superare la fondamentale difficoltà di non poter considerare oggetto di esperienza sensibile l'apriori (forma) che pur si manifesta nei processi dinamici della psiche perché, congelandoli, ovvero isolando i singoli fotogrammi spaziotemporalmente definiti dell'azione del film, rende oggetto di esperienza anche tali processi dinamici perché le modalità di movimento, ovvero le sue leggi di tempo e spazio, sono forma ed è forma la loro concorrenza armonica ad un fine e questo stesso concetto va integrato con quello di forma come funzione o maniera di agire (*n.d.c.*).

³V. Alfred Adler (1917), X Annata della *Zeitschrift für Individualpsychologie*, Lipsia, Hirzel.

⁴V. HOLUB, *Die Lehre von der Organminderwertigkeit*, Lipsia, Hirzel.

⁵Per questo fondamentale concetto della Psicologia Individuale, non sempre colto da traduttori e interpreti di Adler, si veda p. 18 e nota a p. 18 de *La tecnica della Psicologia Individuale* (*n.d.c.*).

⁶Usando questo termine invece di *Lebensstill* Adler vuole sottolineare che nella forma è possibile riconoscere il movimento che l'ha plasmata. Si veda a questo proposito p. 63 (*n.d.c.*).

⁷V. Alfred Adler, «Schlafstellungen» in *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, Monaco, Bergmann, 1930 , trad. it. «Posizioni durante il sonno» («Schlafstellungen») in *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*, Roma, Astrolabio, 1988 e «Gli atteggiamenti durante il sonno» in *Psicologia Individuale*, ed. cit. 4

12. I primi ricordi d'infanzia

Benché si sappia poco dell'unità dell'Io (Einheit des Ich) si tratta, comunque, di cosa non da poco. L'insieme della vita psichica può essere analizzato secondo vari punti di vista più o meno validi; si possono così prestare a due, tre, quattro diverse concezioni spaziali ¹ l'una insieme all'altra o l'una contro l'altra e si può così spiegare l'Io unitario [indivisibile nella sua continuità] sulla base della coscienza, dell'inconscio, della sessualità, del mondo esterno – però alla fine non si può fare a meno di riportarlo alla sua unità universalmente efficace e indissociabile, simile al cavaliere che fa un tutt'uno col suo cavallo. Il passo in avanti fatto dalla Psicologia Individuale non può più essere disconosciuto. La psicologia moderna ha riconosciuto la dignità dell'«Io» e, se ora è creduto «sloggiato» dall'inconscio o dall'Es, ciò non vuol dire altro che, alla fine, è l'«Es» che si comporta, garbatamente o no, come un «Io» ². Il cosiddetto conscio o Io è carico di «inconscio» o, come io ho dimostrato, di quel non-compreso, che presenta un differente grado di sentimento sociale.

Ancora una volta la psicoanalisi, con le sue incursioni nel campo della Psicologia Individuale, «ha preso un prigioniero, non lo libera» e sta incorporando anche questo concetto nella sua artificiosa teoria.

Nei miei sforzi intesi a illustrare la inscindibile unità della vita psichica già da molto tempo mi sono imbattuto, com'era inevitabile, nella memoria, e ho avuto modo di studiarne sia la funzione che la struttura. E così ho potuto confermare quanto avevano constatato autori precedenti: che la memoria non dev'essere considerata un punto di raccolta di impressioni e sensazioni che si fissano in essa come «Mneme», ma una forma di energia, una parte dell'energia della vita psichica, dell'Io nella sua

interezza, che ha il compito, come la percezione, di adattare le impressioni allo stile di vita preformato e di dar loro il senso che lo stile stabilisce. Ricorrendo all'espressione cannibalica potremmo dire che la memoria ha il compito di fagocitare le impressioni, di divorarle e digerirle. Però al processo di digestione presiede lo stile di vita, che rifiuta, conserva o dimentica, come esperienza da evitare, ciò che non gli aggrada. Lo stile di vita è determinante. Se è orientato nel senso della cautela, della diffidenza utilizza, a questo scopo, le impressioni non-digeribili. Qui occorre ricordare che per la caratteristica della cautela, qualche cosa viene digerita solo per metà, per un quarto, per un millesimo. Ma questo processo può digerire anche solo i sentimenti o gli atteggiamenti legati alle impressioni, mescolandoli al ricordo di parole o di concetti o di parti degli stessi. Spesso quando non ricordo il nome di una persona che di solito conosco – non è sempre necessario che la persona sia sgradevole o mi ricordi cose sgradevoli; il nome o la persona nel momento in cui non li ricordo, o anche sempre, possono semplicemente essere estranei all'interesse del mio stile di vita – ma io in realtà so tutto ciò che a me sembra importante sapere. L'ho davanti, la trovo, so dire molte cose di quella persona. Proprio perché non ricordo il suo nome essa occupa interamente il campo visivo della mia coscienza. Vale a dire: la mia memoria, con l'intenzione sopra descritta o con un'altra intenzione, può far scomparire parti di una impressione o una intera impressione. Si tratta di una capacità, di un'arte, che corrisponde allo stile di vita. Quindi l'impressione nel suo insieme comprende molto più dell'esperienza espressa in parole. L'appercezione individuale fornisce alla memoria la percezione corrispondente alla peculiarità dell'individuo. La peculiarità dell'individuo accoglie l'impressione così formata e la correda di sentimenti e di atteggiamenti. A loro volta sentimenti e atteggiamenti obbediscono alla legge dinamica dell'individuo. In questo processo di digestione residua quello che a noi piace definire ricordo, che può assumere la forma di parole, di sentimenti o di una condotta nei confronti del mondo esterno. Questo processo comprende grosso modo quella che noi chiamiamo funzione della memoria. Perciò una riproduzione

ideale, obiettiva, indipendente dalla peculiarità dell'individuo, non esiste. Dobbiamo fare i conti col fatto che esistono tante forme di memoria quanti sono gli stili di vita che conosciamo.

Ecco uno degli esempi più frequenti offerti da una determinata forma di vita e dalla sua memoria.

Un uomo si lamenta, seccatissimo, del fatto che sua moglie dimentica «tutto». Il medico penserà per prima cosa a una malattia organica del cervello. Ma poiché questa malattia è esclusa, io, in un periodo nel quale la sintomatologia era temporaneamente regredita, ho cercato di indagare a fondo nello stile di vita della paziente – esigenza che molti psicoterapeuti non riescono a comprendere. E ho constatato che era una persona tranquilla, gentile, comprensiva, il cui matrimonio era stato osteggiato dai suoceri. Il marito era un uomo altezzoso, che le faceva pesare la sua dipendenza economica e la sua più bassa estrazione sociale. Per lo più lei sopportava in silenzio i suoi rimproveri e le sue sgridate. Qualche volta i coniugi avevano anche valutato il problema della separazione. Ma poi il marito era stato indotto a retrocedere da questo proposito sperando di continuare a dominare la moglie.

I genitori di lei, figlia unica, erano persone gentili e affettuose che non la rimproveravano mai. Il fatto che da bambina non aveva cercato compagnia, preferendo giocare da sola, a loro non era sembrato un difetto, anche perché una volta entrata in società la ragazza si era comportata in modo ineccepibile. Però aveva la tendenza ad essere autonoma, a fare a meno degli altri, comportamento che tene anche nel matrimonio, mentre al marito sarebbe piaciuto aver modo qualche volta di dimostrarle la propria superiorità. Nonostante fosse fin troppo zelante nell'accudire ai suoi doveri di massaia, stranamente dimenticava spesso di eseguire gli incarichi che il marito le assegnava.

Dai suoi ricordi d'infanzia è risultato che ha sempre preferito essere autosufficiente, cavarsela da sé.

Un esperto psicologo individuale si rende immediatamente conto del fatto che la sua forma di vita, pur essendo adeguata alle prestazioni a cui doveva adempiere di persona, non era adeguata

però ai compiti, come l'amore e il matrimonio, che occorre assolvere in due. Il marito, visto il suo temperamento, non era adatto a farle da maestro. Per lei l'ideale era lavorare in solitudine, fare tutto da sola. E chi tiene presente unicamente questo aspetto del suo comportamento non può rimproverarle nulla. Semplicemente non era preparata all'amore e al matrimonio; in questo settore non era capace di cooperare. Molto probabilmente era frigida. A questo punto abbiamo capito che le sue dimenticanze rappresentavano una forma di protesta blandamente aggressiva, il suo modo di opporsi a una cooperazione imposta, per la quale non era preparata e che esulava dalla sua meta di perfezione.

Riconoscere e capire da queste brevi descrizioni la complessa opera d'arte di un individuo non è da tutti. L'insegnamento che Freud e i suoi allievi – che sono stati tutti obbligati a essere psicoanalizzati – cercano di trarre dalla psicologia individuale lascia più che perplessi e si condanna da sé. Secondo loro, infatti, la paziente della nostra descrizione voleva «solo» attirare l'attenzione.

Inoltre, in base a quali elementi è lecito valutare la maggiore o minore gravità di un caso? Il grado di gravità di un caso corrisponde al grado di carenza del sentimento sociale. È chiaro che nel nostro caso la paziente era insufficientemente preparata alla cooperazione e alla convivenza perché i genitori avevano, per così dire, dimenticato questo importantissimo ampliamento dell'educazione. Dopo sereni e pacati colloqui col medico, che al contempo ha provveduto a preparare opportunamente anche il marito, la paziente si è convinta della necessità di cambiare la propria condotta. E, non si dimentica più di assolvere alle incombenze che il marito le affida, come se fosse uscita dal cerchio delle streghe (che Künkel definisce circolo diabolico e Freud cerchio magico). Il suo difetto di memoria era sparito perché non aveva più ragione di esistere.

A questo punto abbiamo capito che quando un'esperienza tocca un individuo e non viene rifiutata, ogni ricordo rappresenta il risultato dell'elaborazione creativa di un'impressione da parte dello stile di vita, dell'Io. Questo vale sia per i ricordi tenaci, sia per quelli

difficilmente rintracciabili, come pure per quelli che emergono non più verbalmente ma solo sotto forma di sentimenti o di azioni compiute. Arriviamo così all'importante constatazione che occorre far capire all'osservatore che ogni processo psichico si muove in direzione della meta della perfezione illuminando, nel ricordo, il campo del pensiero, quello dei sentimenti e quello dell'azione. Come già sappiamo, l'Io si esprime non solo nel linguaggio ma anche nei sentimenti e negli atteggiamenti; e la scienza dell'unità dell'Io deve alla Psicologia Individuale la constatazione che gli organi si esprimono mediante un loro «gergo». Noi manteniamo il contatto col mondo esterno con tutte le fibre del nostro corpo e della nostra psiche. In ogni singolo caso a noi interessa scoprire il modo, carente o meno, con cui questo contatto viene mantenuto. Così procedendo, mi sono reso conto che era ed è importante considerare i ricordi d'infanzia, quando emergono, come parti significative dello stile di vita di un individuo. A me interessano soprattutto i ricordi più lontani perché sono quelli che illuminano gli eventi – reali o fantastici, veri o fasulli – che sono più vicini al momento della strutturazione dello stile di vita del soggetto (cioè i primi anni di vita) e che in gran parte rivelano la elaborazione creativa degli eventi da parte dello stile di vita. Più che il compito di richiamare l'attenzione sul contenuto di un ricordo, a noi spetta il compito di valutare la sua eventuale colorazione affettiva, la successiva presa di posizione, la elaborazione e la scelta del materiale usato per la costruzione, perché qui scopriamo il principale interesse dell'individuo, la componente essenziale dello stile di vita. Qui torna a proposito il quesito principale della Psicologia Individuale: a cosa mira questo individuo, quale opinione ha di se stesso e della vita? Quesiti che ci aiutano ad approfondire le salde concezioni della Psicologia Individuale sulla meta di perfezione, sul sentimento di inferiorità il cui riconoscimento (purtroppo non la sua comprensione, come vuole Freud), oggi è considerato in tutto il mondo, sul complesso d'inferiorità, sul complesso di superiorità, sul sentimento sociale e sui probabili ostacoli al suo sviluppo. Però tutte queste concezioni servono solo a illuminare il campo visivo nel quale occorre scoprire

la legge dinamica dell'individuo in esame.

In questo lavoro noi ci chiediamo spesso, con qualche scetticismo se, data la non-univocità delle varie forme di espressione, non sia facile sbagliare nell'interpretare i ricordi e i loro rapporti con lo stile di vita. La risposta è: a chi pratica la psicologia individuale a regola d'arte non possono sfuggire le sfumature. Sarà, comunque, suocompito escludere gli errori di ogni genere; e le possibilità di sbagliare sono tante. Quando nel ricordo di un individuo ha scoperto la reale legge dinamica, dovrà ritrovare la stessa legge anche in tutte le altre forme di espressione. Quando deve ovviare agli insuccessi di vario genere deve provare al paziente la correttezza della propria interpretazione circa la causa di ogni singolo tipo di insuccesso. E lo psicologo stesso si convincerà più o meno in fretta del rigore della propria concezione, in rapporto al suo modo di essere. Solo la presa d'atto del grado di carenza del sentimento sociale e delle relative conseguenze consente di valutare gli errori, i sintomi e lo stile di vita di un individuo. Altro sistema non esiste.

Saranno particolarmente illuminanti la rappresentazione di una noi-situazione o una io-situazione, le allusioni alla madre, la descrizione di pericoli o incidenti, di rimproveri e punizioni, in quanto questi rivelano l'eccessiva propensione a considerare principalmente gli aspetti negativi della vita. Il ricordo della nascita di un fratello mette a nudo una situazione di detronizzazione, quello del primo giorno di scuola, materna o elementare, la forte impressione prodotta da situazioni nuove. Il ricordo di una malattia o di una morte è legato spesso alla paura, più spesso a tentativi intesi a fronteggiare questi pericoli meno disarmati, perché medici o infermieri, per esempio. I ricordi di un soggiorno in campagna con la madre, come la menzione di determinate persone: madre, padre, nonni, viste in un'atmosfera piacevole, rivelano spesso non solo la predilezione per queste persone, che evidentemente hanno viziato il soggetto, ma anche l'esclusione di altre. I ricordi di cattive azioni: furti, comportamenti sessuali riprovevoli, evidenziano di solito il grande sforzo inteso a escluderle da esperienze future. Talvolta si scoprono anche altre tendenze – attraverso ricordi visivi,

acustici, motori – che spiegano gli insuccessi scolastici o le scelte professionali sbagliate, ma aiutano anche a individuare una professione più congeniale al soggetto, in base a una migliore preparazione alla vita.

Riporto alcuni esempi che evidenziano il rapporto intercorrente fra i ricordi d'infanzia e il piano di vita.

Un uomo di 32 anni, figlio primogenito, di una vedova, viziato, risulta inadeguato a qualsiasi lavoro perché sin dall'inizio viene colto da gravi sintomi di angoscia, che migliorano appena lo si riporta a casa. È un uomo buono che però ha difficoltà a legarsi agli altri. A scuola prima di ogni interrogazione veniva preso dal panico e spesso si assentava con la scusa che si sentiva stanco ed esaurito. La madre si occupava di lui con grandissimo affetto. Essendo abituato a questo tenore di vita, puntava ovviamente alla superiorità personale, scansando il più possibile tutti i problemi per evitare eventuali insuccessi. Con la madre si sentiva protetto. Il fatto che cercasse continuamente la sua protezione gli era valso il marchio di infantilismo, benché il suo aspetto fisico non fosse infantile. Quando la prima ragazza alla quale si era affezionato lo respinse, il suo attaccamento alla madre aumentò. Il duro colpo subito in questo evento «esogeno» lo fece arretrare ulteriormente. Ecco il suo primo ricordo d'infanzia: «Avevo circa 4 anni; mia madre stava lavorando a maglia e io stavo seduto accanto alla finestra e osservavo gli operai che stavano costruendo la casa di fronte».

Piuttosto insignificante, si dirà. Invece no. La sua scelta del primo ricordo – se non è proprio il primo ha poca importanza – prova il suo interesse per un preciso atteggiamento. La sua attività mnemonica, guidata dallo stile di vita, sceglie un avvenimento che rivela chiaramente il suo modo di essere. È indicativo il fatto che il paziente si veda in compagnia di sua madre: ci informa che è stato viziato; ma è ancora più indicativo il fatto che si veda intento a osservare altri che lavorano. L'educazione che ha ricevuto lo ha preparato a fungere da spettatore. Ecco perché quando tenta di svolgere un ruolo diverso ha l'impressione di trovarsi sull'orlo di un baratro e la paura che lo attanaglia gli fa compiere un passo indietro.

Il fatto che sua madre gli permettesse di osservare gli altri che lavoravano a lui non sembra una cosa inopportuna. La sua legge dinamica gli impone quale unica meta di superiorità il dominio sulla madre. Tuttavia i pazienti di questo tipo possono guarire e, una volta guariti, dedicarsi ad attività che consentano loro di fungere da osservatori/spettatori. Per aiutarli a guarire dobbiamo intervenire attivamente spiegando loro che possono avere successo in ogni professione, aggiungendo però che, per poter mettere a frutto la loro capacità di osservazione, che il tipo di educazione ricevuto ha sviluppato maggiormente, è bene che scelgano un lavoro che contempli principalmente la capacità di osservazione. Il nostro paziente si è dedicato con successo al commercio di oggetti d'arte.

Freud descrive continuamente gli *insuccessi riportati dai bambini viziati*, distorcendo la terminologia e senza vedere il segreto che si nasconde dietro. Il bambino viziato vuol avere tutto, è disposto a compiere solo le normali funzioni sviluppate dall'evoluzione, anela alla madre «nel suo complesso di Edipo» (comprensibile nel singolo, raro caso, quando è eccessivo perché il bambino viziato respinge ogni altra persona). E in seguito incontra difficoltà di ogni genere (non a causa della rimozione del complesso di Edipo, ma dal trauma provocato da situazioni diverse) e di fronte alle persone che si oppongono ai suoi desideri può sviluppare addirittura un delirio distruttivo. È chiaro che questi sono i prodotti artificiali di un'educazione sbagliata, deprimente, che servono solo a far capire la vita psichica del soggetto a chi conosce e considera le conseguenze negative di un'educazione viziante. Ma la sessualità dev'essere gestita in due, in coppia, e può gestirla in modo corretto solo chi possiede sufficiente sentimento sociale. E, come sappiamo, i soggetti viziati possiedono scarso sentimento sociale. Ora, con grossolana generalizzazione, Freud ha trasferito negli istinti, desideri, fantasie, sintomi artificialmente alimentati e il loro rispettivo controllo, in istinti secondo lui sadici e innati, che invece innati non sono perché si sviluppano solo a causa dell'educazione viziante. È ovvio che il primo atto del neonato, l'assunzione del latte dal seno materno, è un atto di cooperazione – non, come

afferma Freud a sostegno della propria teoria, cannibalico, che testimonierebbe l'istinto sadico innato del bambino – un atto che giova sia alla madre che al neonato. Nella concezione freudiana scompare del tutto la grande molteplicità delle forme vitali.

Anche i tre casi che seguono provano che indagare nei primi ricordi d'infanzia e interpretarli secondo la nostra tecnica è senz'altro vantaggioso.

Una ragazza di 18 anni è in continuo conflitto coi genitori, i quali desiderano che frequenti l'università perché ha sempre riportato successo negli studi, ma lei non è d'accordo. Abbiamo scoperto poi la ragione per la quale si rifiuta di proseguire gli studi: ha paura di non farcela perché all'esame di maturità non è risultata la prima in classifica. La paziente ricorda che quando aveva 4 anni durante una festa aveva visto in mano a una bambina una palla enorme e si era messa in testa di volerne una uguale. Il padre l'aveva cercata nei negozi di tutta la città, ma non era riuscito a trovarla; e lei aveva rifiutato una palla più piccola, piangendo e strillando. Solo dopo che il padre le ebbe spiegato di aver fatto tutto il possibile per trovare una palla più grande si era calmata e si era accontentata della palla più piccola. Questo racconto mi ha fatto comprendere che la paziente era disposta ad ascoltarmi. Ebbene, sono riuscito a farle comprendere che era egocentrica e ambiziosa e ho avuto successo.

Il caso che segue dimostra come le vie del destino siano spesso oscure. Un uomo di 42 anni, dopo parecchi anni di matrimonio con una donna di 10 anni più anziana, diventa impotente. Da 2 anni non parla né con la moglie né con i due figli. È stato un brillante professionista, ma da 2 anni trascura i propri affari, per cui oggi la famiglia si trova in una situazione economica molto difficile. Da bambino era il beniamino della madre, che lo ha viziato oltre misura. Quando aveva 3 anni gli era nata una sorellina. Ricorda che dopo l'arrivo della bambina – è il suo primo ricordo – aveva incominciato a bagnare il letto e a svegliarsi di notte in preda ad incubi (pavor nocturnus): fenomeni frequenti nei bambini viziati, e nel nostro caso indubbi tentativi di evitare la detronizzazione, benché l'enuresi notturna rappresenti nel contempo un atto d'accusa e forse anche di

vendetta nei confronti della madre. A scuola si era sempre comportato in modo esemplare. Ricorda di essersi azzuffato una sola volta con un compagno, un bambino che lo aveva offeso, e che l'insegnante si era meravigliata del fatto che un bambino buono come lui potesse fare a botte.

Evidentemente era stato «allenato» all'approvazione esclusiva, voleva essere preferito agli altri; questa era la superiorità cui mirava. E quando la sua superiorità veniva intaccata ricorreva all'accusa e alla vendetta per affermarsi. Tuttavia né lui né gli altri se ne rendevano conto. Del suo egoistico obiettivo che mirava alla perfezione era entrato a far parte un elemento che, visto da fuori, non appariva negativo. Come ha rilevato egli stesso, aveva sposato una ragazza maggiore di lui per essere trattato come lo aveva trattato sua madre. Quando la moglie superò i 50 anni e si dedicò maggiormente alla cura dei figli, il paziente ruppe i rapporti con lei e con i figli, comportandosi in un modo apparentemente non aggressivo. Questa rottura comprendeva anche la sua impotenza, espressione del linguaggio degli organi. Oggi, cessato l'atteggiamento viziante da parte della moglie, si sta comportando, accusando e vendicando, esattamente come si era comportato da bambino quando, dopo la nascita della sorella, la madre aveva smesso di viziarlo.

Un uomo di 30 anni, il maggiore di due figli, avendo commesso ripetuti furti, aveva scontato le sue colpe con una lunga detenzione. I suoi ricordi più lontani risalgono al terzo anno di età, al periodo immediatamente successivo alla nascita del fratello. Il paziente racconta: «Mia madre ha sempre preferito mio fratello; già da piccolo me ne andavo continuamente da casa. Qualche volta, spinto dalla fame, rubavo qualcosa, in casa e fuori. Mia madre mi castigava molto severamente, ma io me ne andavo di nuovo. A scuola fino a 14 anni sono andato discretamente; però poi non ho voluto continuare a studiare. Passavo il tempo vagabondando per le strade. A casa mi sentivo a disagio. Non avevo amici e non ho mai avuto una ragazza che mi amasse come avrei voluto. Mi sarebbe piaciuto frequentare le sale da ballo per fare delle conoscenze, ma non avevo soldi. Una volta ho rubato un'automobile, che ho venduto per poco. Poi ho

incominciato a commettere furti più consistenti finché sono finito in prigione. Forse avrei preso un'altra strada se a casa, dove non facevano che sgridarmi, non mi fossi sentito a disagio. Fra l'altro mi spronava a rubare il ricettatore al quale consegnavo la refurtiva».

Ho già avuto modo di segnalare: 1. che la maggior parte dei soggetti che violano la legge sono individui che da bambini sono stati viziati o che sentivano il bisogno di essere viziati; 2. che si tratta di persone che già nell'infanzia evidenziavano uno spiccato attivismo, che non va confuso col coraggio. L'atteggiamento esasperato del bambino dopo la nascita del fratello ci informa che precedentemente la madre aveva viziato anche lui. La sua condotta è caratterizzata dall'accusa contro la madre e da un attivismo che lo ha portato a delinquere essendo carente di sentimento sociale: niente amici, niente amore, nessun mestiere. Sostenere – come fanno alcuni, fra i quali recentemente certi psichiatri – che il comportamento criminale è una forma di autopunizione collegata al desiderio di venir imprigionati, significa non avere pudore intellettuale, specie quando tali affermazioni si accompagnano a un aperto dileggio del senso comune e a dichiarazioni offensive nei confronti delle nostre esperienze, che sono molto ben fondate. Lascio al lettore decidere se la nascita di concezioni del genere non sia frutto della mente di bambini viziati che, a loro volta, influenzano, tra il pubblico, la mente di altri bambini viziati.

¹Come le immagini cioè della visione binoculare che hanno profondità di campo e rendono così il senso dello spazio. Adler, che ha iniziato la sua carriera di medico come oculista, dava evidentemente per scontate queste nozioni (n.d.c.).

²L'unitarietà dei processi dinamici diventa ulteriore prova dell'unità della psiche e dell'Io, indipendentemente dalla base usata per la costruzione della sua rappresentazione spaziale (n.d.c.).

13. Come porre rimedio alle situazioni infantili che ostacolano l'aggregazione sociale

Nella ricerca delle situazioni che influenzano il bambino nei primi anni di vita si finisce sempre con l'imbattersi nei gravi problemi, da me menzionati, che ostacolano lo sviluppo del suo sentimento sociale: educazione viziante, menomazioni congenite degli organi, essere trascurati. Gli effetti prodotti da questi fattori sono diversi a seconda dell'intensità e della durata del loro influsso, ma soprattutto a seconda delle risposte imprevedibili che dà il bambino. La posizione del bambino rispetto a questi fattori dipende non solo dal suo «trial and error» (tentativo ed errore), ma anche e soprattutto – come è dimostrabile – dal suo potere creativo, che è parte del processo vitale, il cui sviluppo nella nostra cultura che, ambi valentemente, sottopone il bambino a sollecitazioni e a divieti, è altrettanto imprevedibile e può essere dedotto solo a posteriori dai risultati. Se volessimo formulare delle previsioni [sulla base dei fattori ambientali e organici] dovremmo tener conto di un numero enorme di elementi: caratteristiche familiari, luce, aria, stagione, calore, rumore, contatto con persone adatte o meno adatte, clima, qualità del suolo, alimentazione, sistema endocrino, muscolatura, velocità dello sviluppo organico, stadio embrionale, e di molti altri ancora, fra i quali la cura ad opera di persone addette all'assistenza. Questo enorme numero di dati ci porterebbe a interessarci ora dei fattori favorevoli, ora di quelli negativi. Perciò ci accontenteremo di tener conto con cautela delle probabilità statistiche, senza escludere la possibilità di risultati diversi. È molto più sicura la via dell'osservazione dei risultati, che possono essere modificati in vari modi. Il potere creativo che qui si manifesta viene evidenziato dalla maggiore o minore attività del corpo e della

mente.

Tuttavia non possiamo trascurare il fatto che la propensione a cooperare deve essere promossa fin dal primo giorno di vita. Qui emerge l'enorme importanza della madre, che è presente e agisce sin dall'inizio dello sviluppo del sentimento sociale. L'eredità biologica del sentimento sociale umano è affidata alle cure della madre che può promuovere o inibire la capacità di contatto del bambino attraverso ogni atto che compie: mentre gli fa il bagno, mentre gli offre tutto l'aiuto di cui abbisogna. Il suo rapporto col bambino, la sua intelligenza e la sua abilità sono determinanti; benché non si possa negare che il livello raggiunto dall'evoluzione può sopperire anche a queste carenze e che il bambino stesso può creare il contatto opponendosi con forza agli ostacoli esistenti, strillando e scalciando. Anche nella madre agisce e vive l'acquisizione biologica dell'amore materno, componente ineliminabile del sentimento sociale, che può venir inattivato da circostanze ostili: preoccupazioni, delusioni, malattie e sofferenze, però, alla fine – come vuole l'evoluzione – l'amore materno si sviluppa, nelle donne come nelle femmine degli animali, ed è fortissimo, più forte degli istinti più intensi: quello alimentare e quello sessuale. Possiamo senz'altro dire che il contatto materno influenza lo sviluppo del sentimento sociale del bambino più di qualsiasi altro fattore. Una rinuncia a questa potentissima leva dello sviluppo dell'umanità determinerebbe la incresciosa necessità di trovare un surrogato in qualche modo idoneo; a parte il fatto che il sentimento del contatto materno, quale dato acquisito dell'evoluzione, si opporrebbe con la massima forza alla propria eliminazione. *Probabilmente noi dobbiamo la massima parte del sentimento sociale umano, e quindi anche la base essenziale della civiltà umana, al sentimento di contatto materno.* Oggi tuttavia l'influenza dell'amore materno spesso non soddisfa da solo il bisogno della società. In futuro *l'uso di questo bene* dovrà avvicinarsi ancor di più all'ideale sociale. Infatti il contatto tra madre e figlio spesso è troppo debole o, ancora più spesso, troppo forte. Nel primo caso il bambino avrà l'impressione fin dal primo giorno che la vita gli è ostile, e attraverso altre esperienze analoghe

farà di questa *opinione* la linea di condotta della propria vita.

Come ho constatato più volte, un migliore contatto col padre e coi nonni non basta a colmare questa lacuna. Di solito un contatto più intenso tra padre e figlio è solo la prova dell'insuccesso riportato dalla madre. È una situazione che si verifica quasi sempre nella seconda fase della vita di un bambino che – a torto o a ragione – è stato deluso dalla madre. Il fatto che spesso le femmine abbiano un contatto più forte col padre e i maschi con la madre non ha niente a che fare con la sessualità. Semplicemente i padri sono di solito più affettuosi con tutte le femmine della famiglia, con la moglie e con le figlie, e i bambini poi, femmine e maschi che siano, nel prepararsi ludicamente alla vita, nel gioco in generale ¹, preferiscono il genitore del sesso opposto. Solo nei bambini molto viziati, che pretendono di portare a compimento il proprio sviluppo esclusivamente in seno alla famiglia o addirittura alleandosi soltanto con la persona che li vizia, ho notato l'istinto sessuale, anche se di rado nella forma esasperata descritta da Freud. Spetta alla madre il compito di fare del bambino il prima possibile un proprio collaboratore, un collaboratore disposto ad aiutarla di buon grado e a farsi aiutare quando le sue forze non sono sufficienti. Sul bambino «ben equilibrato» si potrebbero scrivere interi volumi. Qui basterà far presente che il bambino in casa deve sentirsi un partner alla pari, animato da crescente interesse non solo per il padre e i fratelli ma per tutte le persone che appartengono al suo ambiente. Solo così non sarà un parassita ma un convinto cooperatore. Solo così si sentirà a suo agio e svilupperà quel coraggio e quella fiducia che solo un contatto positivo con l'ambiente può favorire. E risolverà autonomamente le incretose situazioni che crea l'uso scorretto – voluto o non voluto – delle proprie funzioni: enuresi notturna, ritenzione delle feci, anoressia psicogena. Quando la disponibilità a cooperare del bambino è sufficientemente sviluppata queste anomalie non si verificano. Anche il succhiamento del pollice, la onicofagia, le dita nel naso e l'ingestione di grossi bocconi sono fenomeni che si osservano nel bambino che si rifiuta di cooperare, di accettare le regole della vita. È stato viziato, pretende di essere servito dagli altri imponendo loro

talvolta compiti gravosi e difficili e, nonostante ciò, è sempre scontento. Come ho già fatto presente, sono tutte manifestazioni che tradiscono una grave carenza di sentimento sociale. Se in seguito Freud ha cercato di modificare in qualche misura la base su cui poggia la sua teoria della pansessualità e se oggi Charlotte Bühler² parla di una «normale» testardaggine nello sviluppo del bambino è merito nostro, è merito soprattutto delle esperienze della Psicologia Individuale. La sua attribuzione dei comportamenti anomali del bambino, ai lati negativi – più o meno evidenziati – del suo carattere: ostinatezza, gelosia, egoismo, asocialità, ambizione, vendicatività, conferma anche la nostra concezione che vede nel carattere la linea direttiva volta al traguardo della superiorità, quale riflesso dello stile di vita e della presadì posizione sociale, che è acquisita non innata, in quanto prende forma contemporaneamente alla legge dinamica, che il bambino si crea da sé. È peculiare del bambino viziato, incapace di rinunciare al soddisfacimento di ogni desiderio e di ogni capriccio, l'attaccamento ai piccoli piaceri: ritenzione delle feci, succhiamento del pollice, giochi coi genitali, indotti talvolta da una reale sensazione di prurito, che in seguito scompare.

Può ostacolare lo sviluppo del sentimento sociale anche la personalità del padre. La madre non deve impedire al padre di stabilire col figlio il contatto più solido possibile, ma questo rapporto non si instaura quando lei vizia il bambino, ha scarsi contatti col coniuge o prova addirittura avversione per lui. Non deve far intervenire il marito solo per minacciare o castigare il bambino. E il padre, per non essere confinato in un ruolo affettivo minore rispetto a quello materno, deve dedicare al figlio tutto il tempo di cui dispone e donargli tutto il calore di cui è capace. Però non deve coccolare il bambino oltre misura, monopolizzando la tenerezza e allontanandolo dalla madre deve instaurare un regime troppo severo, ostacolando la tenerezza della madre, né imporre la propria autorità e i propri principi con la forza. Così facendo otterrebbe forse maggiore sottomissione da parte del bambino, ma non promuoverebbe la sua disponibilità a cooperare e il suo sentimento sociale. Ai nostri giorni, giorni nei quali il tempo per

assolvere ai numerosi compiti che incombono è sempre troppo poco, rappresentano un'occasione importantissima per educare alla convivenza le ore dei pasti. Durante i pasti deve regnare un'atmosfera serena. Gli insegnamenti relativi all'etichetta per essere efficaci devono essere ridotti al minimo. Occorre evitare rimproveri, arrabbiature, malumori e la lettura di testi in qualche modo impegnativi. Ma l'ora del pasto è anche la meno adatta per rimproverare i bambini, per parlare dei brutti voti riportati a scuola o di altre cose spiacevoli. E la capacità di comunicare va promossa specialmente durante la prima colazione. Ai bambini dev'essere sempre consentito di parlare e di rivolgere domande. Canzonarli e criticarli e definire esemplare il comportamento di altri bambini è fortemente diseducativo, può bloccare la loro capacità di comunicazione provocando chiusura, timidezza e un marcato sentimento di inferiorità. Non bisogna far notare ai bambini la loro puerilità, la loro ignoranza e la loro scarsa abilità; è necessario invece incoraggiarli a impegnarsi, rassicurarli, e quando manifestano interesse per qualcosa non bisogna aiutarli troppo a superare le difficoltà, ma esortarli a fare da sé, facendo presente che solo l'inizio di una nuova impresa è difficile. È bene tutelarli insegnando loro ad essere prudenti, non paurosi, non inculcando loro un eccessivo timore dei pericoli. Il nervosismo dei genitori, i dissidi fra coniugi, le divergenze di opinione, le discussioni sul modo di educare i figli compromettono lo sviluppo del sentimento sociale. Occorre evitare il più possibile di escludere troppo categoricamente il bambino dalla compagnia degli adulti. È necessario lodare o biasimare la qualità dell'educazione, la preparazione, i risultati positivi o negativi che il bambino ha ottenuto, non la sua personalità.

Anche la malattia di un bambino può rappresentare un ostacolo per lo sviluppo del suo sentimento sociale; ostacolo particolarmente pericoloso quando, come tutti gli altri impedimenti, sopraggiunge nei primi cinque anni di vita. Come abbiamo già segnalato, dalle statistiche si desume che le menomazioni organiche congenite compromettono lo sviluppo del sentimento sociale. Ebbene, lo stesso discorso vale per le malattie

che insorgono nei primi anni di vita, ad esempio il rachitismo che storpia il corpo, ma che, oltre ad alterare lo sviluppo fisico, può alterare anche lo sviluppo psichico. A parte il rachitismo, impediscono una corretta educazione del bambino soprattutto le malattie che preoccupano in modo particolare le persone che assistono il bambino, perché il loro atteggiamento improntato all'ansia fa nascere in lui la convinzione di essere molto importante, di avere considerazione senza dover contribuire in qualche modo a conquistarla. Inoltre è difficile educare un bambino che ha sofferto malattie quali la scarlattina, l'encefalite o la corea, in caso di complicanze, le variazioni di comportamento dipendono dal fatto che il bambino è disposto a rinunciare ai vizi e ai privilegi cui era stato abituato per le cure. Ho osservato che quando esistono errori diagnostici riguardanti malattie cardiache e renali inesistenti, la scoperta degli errori e la presa di coscienza di uno stato di salute non consentono di superare le difficoltà educative comparse in precedenza. Va da sé che ai danni correggibili occorre rimediare prima e nel modo migliore possibile, evitando di cadere nella trappola tesa dal bambino, che «ingigantisce» il danno. Come è ovvio, è necessario prevenire le malattie con tutti i mezzi di cui si può disporre, senza angosciare il bambino vietandogli di comunicare con gli altri.

Gravare un bambino di compiti fisicamente e mentalmente troppo impegnativi significa stancarlo oltre misura e quindi favorire lo sviluppo di una sorta di ostilità nei confronti della vita. La difficoltà dei compiti deve corrispondere alla sua capacità di apprendimento ³. Per la stessa ragione è necessario porre fine al fanatismo di certi educatori sessuali smaniosi di spiegare tutto e più di tutto. Al bambino bisogna rispondere quando fa domande, quando si è sicuri che vuole sapere una data cosa e quando si è sicuri che è in grado di capire la risposta che gli verrà data. Però in tutti i casi è necessario spiegargli qual è il suo ruolo sessuale e insegnargli che i due sessi sono ugualmente importanti, altrimenti si ricadrà nel pregiudizio tipico della nostra cultura – oggi riconosciuto anche da Freud come tale – che le femmine abbiano un ruolo inferiore, con tutte le conseguenze antisociali che è facile

immaginare dal momento che le femmine, dubitando del valore del proprio sesso e non essendo sufficientemente preparate a sostenere il proprio ruolo, avvertono la necessità di portare avanti la «protesta virile» da me descritta nel 1912 ⁴ e che può essere altrettanto dannosa perché i dubbi della donna sul proprio sesso ed un'insuffice preparazione a esercitare il proprio ruolo sessuale possono avere effetti disastrosi.

Può creare qualche difficoltà la rispettiva posizione dei fratelli all'interno della famiglia. Durante la prima infanzia la posizione predominante di uno dei fratelli danneggia la posizione dell'altro. E spesso gli insuccessi riportati nella prima infanzia influenzano negativamente il futuro del soggetto. Anche la predilezione per uno dei figli, non sempre facilmente evitabile, può danneggiare l'altro sviluppando in lui un forte senso di inferiorità che può diventare un complesso di inferiorità. Inoltre possono mettere in ombra uno dei fratelli la prestantza, la bellezza e la forza di un altro. Va ricordata in proposito la rilevanza dei fenomeni, da me segnalati, circa la posizione di un bambino nell'ordine di nascita rispetto a quella dei fratelli.

Bisogna per prima cosa sgombrare il campo dalla falsa credenza che in seno alla famiglia ogni bambino occupa una posizione uguale a quella dei suoi fratelli. Come sappiamo, ogni bambino nel costruire la propria personalità utilizza lo stesso ambiente e la stessa educazione dei suoi fratelli, ma in modo diverso, secondo la propria creatività. Ciò significa che ognuno dei fratelli utilizza lo stesso ambiente e la stessa educazione, ma a modo suo. Come vedremo, ogni bambino considera il proprio ambiente in modo diverso. Sembra accertato che i figli di una coppia non presentano né gli stessi geni né la stessa condizionabilità. Si dubita addirittura che possiedano la stessa costituzione fisica e psichica perfino i gemelli monoculari ⁵. La Psicologia Individuale sostiene da sempre che la costituzione fisica è congenita, mentre ha constatato che la «costituzione psichica» si forma solo nel corso dei primi 3-5 anni di vita, quando nasce il prototipo psichico, il quale prepara la legge dinamica permanente dell'individuo, che contiene in sé la sua forma di vita determinata

dal peculiare potere creativo del bambino, e non dall'ereditarietà e dagli influssi ambientali, che sono solo il materiale da esso utilizzato. Solo grazie a questa concezione ho potuto definire quasi come tipiche, benché diverse in ogni singolo caso, le differenze tra i fratelli. Ritengo di aver dimostrato che la forma di vita di ogni bambino porta l'impronta della sua posizione nella fratria. È un dato di fatto che spiega altresì come si sviluppa il carattere. Infatti se è vero che certi tratti del carattere concordano con la posizione nella fratria, non rimane molto spazio per discutere sulla ereditarietà del carattere o collegare il suo sviluppo alla zona anale o ad altre zone erogene.

Di più. È facile capire come il bambino acquisisca una certa peculiarità in forza della sua posizione nella fratria. Le difficoltà del figlio unico sono abbastanza note. Crescendo in mezzo agli adulti, quasi sempre troppo protetto e troppo curato, fra genitori continuamente in ansia per lui, finisce ben presto per sentirsi al centro dell'universo e a comportarsi di conseguenza. Aggrava talvolta la situazione la malattia o l'invalidità di uno dei genitori. Come ho dimostrato, il disaccordo fra i coniugi e la separazione creano spesso un'atmosfera nella quale il sentimento sociale del bambino fatica a svilupparsi. Inoltre ho dimostrato che molto spesso la madre, che si rifiuta nevroticamente di avere un altro figlio, protesta prodigando all'unico figlio cure eccessive che lo rendono totalmente schiavo delle sue premure. Cresciuto, questo individuo assume atteggiamenti che, con tutte le possibili varianti, palesano una sottomissione segretamente ribelle, insieme a una smania incontenibile di emergere a tutti i costi – lati deboli del carattere che si evidenziano con forza al primo contatto con un problema esogeno. Il forte attaccamento alla famiglia che inibisce il rapporto con l'esterno, in molti casi risulta essere nefasto.

Quando i figli sono più d'uno, il primogenito si trova in una situazione che nessuno dei fratelli sperimenterà mai. Per qualche tempo vive da figlio unico e riceve impressioni in quanto tale. Successivamente viene «detronizzato». Questa espressione, da me introdotta, esprime così bene il cambiamento della situazione che non hanno potuto fare a meno di adottarla anche altri autori, tra i

quali Freud. Il periodo compreso fra la nascita del primogenito e la sua “detronizzazione” è molto importante per l'impressione che lascia nel soggetto e per la sua elaborazione. Quando ammonta a 2-3 anni, l'evento cade in un momento nel quale lo stile di vita è già stabilizzato, e la risposta dipende da questo. Generalmente i bambini viziati tollerano male non solo il cambiamento ma anche l'allontanamento dal seno materno, lo svezzamento. Ho constatato che talvolta basta un intervallo di un solo anno per evidenziare per tutta la vita le tracce della detronizzazione. Dobbiamo considerare anche lo spazio vitale già conquistato dal primogenito e la sua riduzione causata dal fratello. Come si vede, per avere un'idea chiara del fenomeno occorre tener conto di numerosi fattori, tra l'altro anche del fatto che quando l'intervallo non è grande la detronizzazione è «silenziosa», cioè non è concettualmente recepita e può essere corretta non grazie a esperienze successive, ma solo grazie alle concezioni individualpsicologiche dei rapporti fra fratelli. Se Freud e Jung avessero colto queste impressioni silenti, non le avrebbero considerate esperienze ma le avrebbero interpretate come conseguenze di pulsioni inconsce o le avrebbero attribuite a un atavico inconscio collettivo. Ma l'odio, anche feroce, che talvolta il primogenito nutre nei confronti del secondogenito, è il prodotto, a noi ben noto, di una cattiva educazione, carente di sentimento sociale, e può essere concepito solo da un bambino viziato. Stati d'animo analoghi si riscontrano anche nei figli successivi, soprattutto se sono stati viziati. Però il primogenito, se è stato molto viziato, data la speciale posizione di cui ha goduto, di solito soffre maggiormente per la detronizzazione. L'insorgenza di fenomeni analoghi (che possono favorire lo sviluppo di un complesso d'inferiorità) nei figli successivi, dimostra a sufficienza che l'attribuzione degli insuccessi del figlio primogenito al trauma dovuto a un parto difficile è valida solo nel regno delle favole, non è che una vaga ipotesi che ha potuto farsi strada solo fra coloro che ignorano le ricerche della Psicologia Individuale.

Ovviamente la protesta del primogenito contro la propria detronizzazione si manifesta molto spesso con la tendenza a considerare giustificato il suo diritto al potere e a sostenerlo.

Questa tendenza gli conferisce talvolta un «carattere conservatore», non in senso politico, ma per come impone l'organizzazione della vita quotidiana. Ho trovato un esempio lampante di questo fenomeno nella biografia di Théodor Fontane ⁶. Anche nella personalità di Robespierre è riconoscibile, se vogliamo, il tratto autoritario, nonostante la sua convinta partecipazione alla rivoluzione. Le posizioni della Psicologia Individuale non vogliono essere rigide. Si deve riconoscere che non è la posizione in se stessa ad essere determinante, ma la situazione nel suo complesso, per cui il ritratto psichico del primogenito può emergere anche tra i figli successivi, quando un bambino di questo tipo è costretto a reagire nei confronti di un fratello più piccolo. Come è innegabile il fatto che talvolta il secondogenito assuma il ruolo del primogenito, cosa che avviene, per esempio, quando quest'ultimo è un ritardato mentale. Un esempio del ge-nere ci è offerto dalla personalità di Paul Heyse ⁷, che col fratello maggiore aveva un rapporto quasi paterno e a scuola fungeva, orgogliosamente, da braccio destro dell'insegnante. Ma in ogni caso si trova una strada favorevole alla ricerca, se si considerano le particolari forme di vita di un primogenito e non si dimentica che il secondogenito lo sollecita e incalza. Il fatto che il primogenito tratta il fratello con fare paterno o materno è solo una variante della sua aspirazione alla supremazia.

Un problema particolare sembra nascere molto spesso fra i primogeniti seguiti dopo breve tempo da una sorella. Lo sviluppo del loro sentimento sociale spesso è fortemente minacciato perché le femmine, per natura, nei primi 17 anni di vita si sviluppano più in fretta, fisicamente e mentalmente, e di conseguenza sollecitano fortemente chi le precede; ma spesso anche perché il fratello maggiore cerca di affermarsi non solo nel ruolo di primogenito ma anche nello scomodo privilegio di maschio, mentre la femmina, data la repressione cui viene sottoposta a causa dell'arretratezza della nostra cultura, avverte un marcato senso di inferiorità che la induce a impegnarsi maggiormente, acquisendo spesso chiari tratti di grande energia. Questo vale anche per altre giovani donne come punto di partenza di una «protesta virile» ⁸, che comporta sul piano umano conseguenze positive e negative fino a indurre alcune

ragazze al rifiuto dell'amore e all'omosessualità. In seguito Freud ha utilizzato questa acquisizione della Psicologia Individuale, l'ha inserita nel suo schema sessuale e l'ha definita «complesso da castrazione», sostenendo che solo l'assenza del membro maschile provoca quel sentimento di inferiorità di cui la Psicologia Individuale ha scoperto e studiato la struttura. Oggi Freud tuttavia lascia debolmente trapelare che il sentimento di inferiorità è in qualche modo collegato all'aspetto sociale del problema. Il fatto che il primogenito sia sempre stato considerato anche il sostegno della famiglia e il difensore delle sue tradizioni dimostra una volta di più che ogni capacità di «intuire» deve essere sorretta dalle verifiche dei dati dell'esperienza.

Le impressioni che influenzano il secondogenito nell'autocreazione della propria legge dinamica nascono soprattutto dalla costante presenza di un fratello che, oltre a precederlo nello sviluppo, si fa forte della sua superiorità. Quando l'intervallo fra il primo e il secondogenito è notevole, queste impressioni sono molto deboli. Più l'intervallo è breve, più le impressioni sono forti. Quando il secondogenito considera imbattibile il fratello maggiore, gli influssi divengono ossessivi. Quando il secondogenito è vincente a priori perché il primogenito è meno capace o meno simpatico di lui, essi sono quasi assenti. Però nel secondogenito si osserva quasi sempre un estremo desiderio di primeggiare, che si palesa ora in una maggiore energia, ora in un temperamento brioso, ora sul versante del sentimento sociale o, quanto meno, nell'insuccesso. È necessario se egli si senta impegnato in una gara cui partecipa anche il fratello o se si consideri costantemente sottoposto a pressione. Quando il sesso è diverso, la rivalità può essere più acuta, talora anche senza che il sentimento sociale ne risulti danneggiato. Anche la bellezza di uno dei due è importante. Come è importante l'educazione viziante ricevuta da uno di essi. In questo caso all'osservatore la differenza di attenzioni può apparire modesta, mentre al figlio meno viziato sembrerà enorme. Spesso quando uno dei due figli delude su tutta la linea, l'altro viene sovrastimato; tuttavia la sua posizione non è sempre solida: quando comincia a frequentare la scuola può anche

fallire. Quando uno dei due è considerato ottimo, è facile che l'altro sia giudicato pessimo. Qualche volta nei gemelli moncoriali si trova un'apparente somiglianza perché sembra facciano entrambi le stesse cose nel bene e nel male, ma si deve considerare che, in realtà, uno può essere al rimorchio dell'altro. Anche nel caso del secondogenito ci è dato ammirare una innata capacità di «intuire», che si consolida con lo sviluppo e precede la capacità di intendere. Specialmente nella Bibbia, nella storia di Esaù e di Giacobbe, viene svelato in modo mirabile il fatto del secondogenito che dà la scalata al cielo, benché sia assurdo ipotizzare, a quei tempi, la comprensione psicologica del fenomeno. L'ardente desiderio di Giacobbe di acquisire la primogenitura, il suo conflitto con l'angelo («io non ti lascio, benedicimi dunque»), il suo sogno della scala celeste rivelano con tutta chiarezza lo spirito di rivalità che anima il secondogenito. Anche chi non è propenso a seguirmi in questa rappresentazione rimarrà stupito nel constatare come la poca stima di Giacobbe per il primogenito ritorni poi nel corso di tutta la sua vita: nella corte ostinata cui sottopone la figlia secondogenita di Laban, nella sua scarsa fiducia nelle capacità del proprio figlio primogenito e nel modo in cui impartisce la benedizione al secondo figlio di Giuseppe: con la mano destra, a braccia incrociate.

La prima delle due figlie maggiori di una famiglia assunse nei confronti della sorella, nata 3 anni dopo di lei, un atteggiamento fortemente ostile e ribelle. La seconda, avendo intuito che le sarebbe convenuto assumere l'atteggiamento opposto, diventò straordinariamente ubbidiente. Fatto che la rese simpatica a tutti. Tale contrapposizione si protrasse fino all'età scolare. E qui accadde l'imprevedibile. A scuola la seconda fu scavalcata dalla prima e l'insuccesso la traumatizzò. In seguito i tre problemi esistenziali la costrinsero a stabilizzare la sua ritirata dal punto irto di pericoli per la sua ambizione, e quindi anche – dato il persistente timore di una sconfitta – a modificare il proprio complesso di inferiorità muovendosi in modo diverso. Adottò quello che io ho definito «atteggiamento esitante», che la metteva al sicuro da ulteriori sconfitte. Sogni nei quali vedeva frequentemente se stessa arrivare

tardi al treno e perderlo evidenziavano la forza del suo stile di vita, che attraverso il sogno le faceva capire che doveva allenarsi, imparare a perdere. Ma chi è afflitto da un sentimento di inferiorità non trova pace. Il sentimento di inferiorità non dà requie. L'impellente bisogno di migliorare la propria situazione che – come vuole la evoluzione – anima ogni essere umano, tosto o tardi si fa strada in direzione del sentimento sociale o contro di esso, con mille varianti. La variante che conveniva alla nostra secondogenita, e che dopo alcuni tentativi fu da lei riconosciuta come proficua, era una forma di nevrosi caratterizzata dall'irrefrenabile bisogno di lavare: la propria persona, i propri abiti ecc. Bisogno che si accentuava quando doveva avvicinare altre persone e che modificava il suo modo di assolvere ai compiti servendole al contempo ad ammazzare il tempo, grande nemico dei nevrotici. Aveva intuito, non capito, che l'adempimento in misura esagerata di una funzione relazionale la rendeva superiore a tutti gli altri. Solo lei era pulita, tutti gli altri, persone o cose, erano sporchi. Superfluo rilevare la mancanza di sentimento sociale della virtuosissima figlia di una madre che l'aveva viziata oltre misura. È ovvio inoltre che questo tipo di nevrosi può guarire solo grazie al rafforzamento del sentimento sociale.

Sull'ultimo nato di una famiglia c'è molto da dire. Anch'egli si trova in una situazione completamente diversa da quella di tutti gli altri fratelli. Mentre il primogenito per qualche tempo è figlio unico, l'ultimogenito non è mai solo. A differenza di tutti gli altri fratelli non è mai seguito da un altro fratello. E non è preceduto da un solo fratello, come il secondogenito, ma da più fratelli. È quasi sempre viziato dai genitori, spesso attempati, si trova nella scomoda situazione di essere sempre considerato il più piccolo e il più debole, e generalmente non viene preso sul serio. Nel complesso non si trova in una situazione sfavorevole. La sua aspirazione a superare tutti coloro che lo hanno preceduto cresce di giorno in giorno. La sua situazione è simile a quella del secondogenito ed è una situazione alla quale – qualora subentrino altre rivalità – possono arrivare anche i fratelli che occupano un'altra posizione. La sua forza emerge spesso nei suoi tentativi di

superare gli altri fratelli elaborando diversi livelli di sentimento sociale. La sua debolezza si palesa nel fatto che cerca di evitare la lotta diretta per la supremazia (atteggiamento consueto nei soggetti molto viziati) e di raggiungere l'obiettivo su un altro piano, sotto un'altra forma, in un altro campo. Lo psicologo individuale osservando la vita psichica dei vari soggetti rimane continuamente stupito nel constatare quanto spesso l'ultimogenito riesca ad imporsi. Se appartiene a una famiglia dedita agli affari potrà distinguersi come poeta o come musicista. Se i suoi fratelli sono intellettuali il più piccolo potrà occuparsi di commercio o di industria. Nel merito, comunque, dobbiamo tener conto delle ridotte possibilità delle femmine, imputabili all'arretratezza della nostra cultura.

Per quanto riguarda la caratterologia dell'ultimogenito il mio richiamo al Giuseppe della Bibbia ha destato molto interesse. So bene, come tutti, che l'ultimogenito di Giacobbe era Beniamino; però questi venne al mondo 17 anni dopo Giuseppe, restando per lui quasi uno sconosciuto e influenzando poco la sua evoluzione. Come sappiamo, Giuseppe da ragazzo si aggirava tra i fratelli intenti a faticosi lavori manuali e li faceva arrabbiare terribilmente col racconto dei suoi sogni di futura grandezza, nei quali si vedeva simile a Dio e capace di superare tutti loro e il mondo intero. I fratelli gli erano ostili anche perché il padre prediligeva lui. Tuttavia Giuseppe diventò la colonna della famiglia e della sua stirpe e il salvatore della patria. Ognuna delle sue azioni e delle sue opere porta l'impronta del suo grande sentimento sociale.

L'intuito popolare ha stabilito numerose correlazioni del genere. Nella Bibbia troviamo molti altri personaggi di questo tipo: Saul, Davide, ecc. Ma anche nelle fiabe di tutti i tempi e di tutti i popoli che contemplan la figura del minore, del più giovane di tutti, è sempre il piccolo che trionfa. Basta guardarsi intorno, nella società dei nostri giorni, fra i più grandi personaggi, per scoprire quanto spesso ha raggiunto una posizione di spicco proprio il più piccolo, il più giovane di tutti. Che tuttavia può anche subire i più clamorosi insuccessi. Successi e insuccessi sono ugualmente imputabili alla sua dipendenza da una persona, dalla persona che lo

ha viziato oppure trascurato. Chi vizia o trascura un bambino è responsabile della situazione che sta alla base della inferiorità sociale dello stesso.

Inoltre la ricerca sulla posizione del bambino in seno ai fratelli ha evidenziato con estrema chiarezza come il bambino nel creare la propria meta esistenziale, la propria legge dinamica e quindi anche i tratti del proprio carattere, utilizzi come materiali la propria situazione e le impressioni che essa gli trasmette. Per chi è sufficientemente perspicace dovrebbe essere chiaro che non rimane molto spazio per l'ipotesi dell'ereditarietà del carattere. Su altre posizioni nell'ambito della fratria, diverse da quelle testé illustrate, so dire poco. A Londra Crighton Miller mi ha informato di aver scoperto che la femmina nata dopo due femmine porta avanti una «protesta virile» particolarmente sentita. Ho avuto modo di convincermi della verità di questa constatazione più di una volta e attribuisco il fenomeno al fatto che una ragazza in questa posizione sperimenta (e talvolta subisce) la delusione dei genitori, per cui il suo atteggiamento esprime la sua profonda insoddisfazione per il proprio ruolo di femmina. Non può sorprendere lo scoprire in questa terzogenita un atteggiamento di sfida, il quale prova che il cosiddetto «stadio naturale di opposizione» di Charlotte Bühler è invece una protesta permanente contro l'essere, o il sentirsi, posposta, nel senso della Psicologia Individuale.

Le mie ricerche sull'unica femmina tra fratelli tutti maschi, e sull'unico maschio tra sorelle, sono ancora in corso. In base a quanto ho constatato finora mi aspetto di scoprire che manifestino entrambi atteggiamenti estremistici nelle due direzioni, rispettivamente maschile e femminile. Verso il sesso femminile quando questo nell'infanzia è stato percepito come più vantaggioso, verso quello maschile quando la meta da perseguire appare essere la virilità. Nel primo caso osserveremo debolezza e bisogno di appoggio, nel secondo ambizione, protesta, ma talvolta anche coraggio e giuste aspirazioni.

¹V. GROOS, *Spiele der Kinder*.

²Vedi nota a p. 38 (*n.d.c.*).

³V. DR. DEUTSCH, *Klavierunterricht auf individualpsychologischer Grundlage*.

⁴V. nota 3, Cap. 6, *Il complesso di inferiorità*.

⁵V. HOLUB, «Internat. Zeitschr. f. Indiv.», 1933.

⁶Théodor Fontane (1819-1998), scrittore tedesco citato in *Psicologia Individuale. Teoria e Prassi*, perché conservatore contrario a tutte le innovazioni nel tradizionale ordinamento sociale (*n.d.c.*).

⁷Paul von Heyse (Monaco 1830-1914), scrittore tedesco Nobel per la letteratura, è l'epigono del classicismo e del romanticismo tedeschi ed è stato il teorico del genere della novella (*n.d.c.*).

⁸V. *Über nervosen Charakter*, 1.c.

14. Rêveries e sogni

Con questa riflessione entriamo nel regno della fantasia. Sarebbe un grosso errore voler estrapolare questa funzione, anch'essa creata dal flusso dell'evoluzione, dalla globalità della vita psichica e dai suoi rapporti con le richieste del mondo esterno, o addirittura contrapporla alla totalità, all'io. Essa è piuttosto una parte dello stile di vita individuale, lo caratterizza, e, nello stesso tempo lo configura come preso dal movimento psichico, come una di tutte le altre componenti della vita psichica e porta in sé l'impressione della legge dinamica individuale. In alcune circostanze può manifestarsi mediante i pensieri, ma di solito si nasconde nel regno dei sentimenti e delle emozioni o si annida nella posizione che prende il soggetto. Come ogni altro movimento psichico, guarda al futuro perché anch'essa si muove nel senso del perfezionamento. Sotto questo aspetto vedere nel suo movimento o in quello dei suoi prodotti, le rêveries dello stato di veglia e i sogni notturni, una forma di appagamento, non ha senso. Come non ha senso credere addirittura che una simile interpretazione possa contribuire in qualche modo a capire il suo meccanismo. Siccome ogni forma di espressione segue un movimento ascensionale, cioè parte da una situazione di minus per raggiungere una situazione di plus, ogni movimento psichico potrebbe essere considerato una forma di appagamento di un desiderio.

La fantasia si serve dell'intuito, più che del senso comune; con ciò però non è detto che veda sempre «giusto». Quando i passi che sta per compiere nel senso della vita sociale umana (menschlichen Zusammenlebens) non lo convincono, l'individuo mette in moto la propria immaginazione secondo il seguente meccanismo: si allontana temporaneamente (permanentemente se è psicotico) dal senso comune, cioè dalla logica dell'umana convivenza, dal

sentimento sociale di quel momento. Se il suo sentimento sociale non è particolarmente sviluppato tale allontanamento è relativamente facile, mentre quando è sufficientemente sviluppato induce la fantasia a perseguire una meta di arricchimento della società. Volendo, è sempre possibile suddividere il movimento psichico in corso in: pensieri, sentimenti e atteggiamenti, con mille varianti. Noi riconosciamo «giuste», «normali», «importanti» solo le condotte che negli eventi importanti risultano essere utili alla comunità. Concettuose interpretazioni in altra direzione di questi criteri, sono ovviamente escluse, il che non toglie che lo stato attuale del senso comune rifiuti spesso tali contributi e così sarà finché non verrà raggiunta una concezione più alta del bene comune.

Ogni ricerca di soluzione di un problema mette in moto la fantasia perché riguarda eventi ignoti del futuro. Il potere creativo, al quale abbiamo riconosciuto il merito della costruzione dello stile di vita durante l'infanzia, è sempre in azione.

Anche i riflessi condizionati, sulla cui formazione incide in mille modi lo stile di vita, possono continuare ad essere usati solo come materiale da costruzione. Non possono venir utilizzati automaticamente per edificare ciò che è continuamente nuovo e diverso, perché la forza costruttiva segue in modo creativo i percorsi segnati dallo stile di vita. Le prestazioni della fantasia portano l'impronta dello stile di vita, perciò ci aiutano a capire come è fatta e come funziona la mente. Procedendo in modo corretto si incontra sempre l'io, l'insieme, mentre un'errata interpretazione dei fenomeni ci fa imbattere sempre in una contrapposizione, per esempio fra conscio e inconscio. Oggi Freud, propugnatore di questa erronea concezione, si sta rapidamente avvicinando a una migliore interpretazione. Parla infatti dell'inconscio nell'io, un inconscio che ovviamente conferisce all'io un aspetto del tutto diverso, quello che ha visto per prima la Psicologia Individuale.

Ogni grande pensiero, ogni opera d'arte deve la sua comparsa all'incessante spirito creativo dell'uomo. Forse la maggior parte degli uomini offre un piccolo contributo, ma aiuta quanto meno ad

accogliere, conservare e utilizzare la nuova creazione. Qui possono giocare il loro ruolo in gran parte i «riflessi condizionati»¹. Per l'artista che crea sono solo materiali di cui egli si serve per accogliere ciò che già esiste nella propria fantasia. Artisti e geni sono indubbiamente le guide dell'umanità e pagano il prezzo di questa temerarietà ardendo nel proprio fuoco, consumandosi nel fuoco che hanno acceso durante l'infanzia. «Ho sofferto, per questo sono diventato un poeta». Noi dobbiamo ai pittori la capacità di vedere meglio, di percepire meglio i colori, le forme, le linee. Dobbiamo ai musicisti la capacità di sentire meglio che ha indotto le più sottili modulazioni del nostro organo vocale. I poeti ci hanno insegnato a pensare, a parlare e ad ascoltare. L'artista stesso, quasi sempre violentemente sollecitato, sottoposto sin dall'infanzia a difficili prove di ogni genere: povertà, menomazioni fisiche degli organi dei sensi, spesso viziato, fin dai primi anni di vita si sottrae con forza al forte sentimento di inferiorità che lo affligge e lotta con furore contro l'angusta realtà: per ampliarla per sé e per gli altri, quale portabandiera di un'evoluzione che cerca il progresso al di là delle difficoltà ed eleva al di sopra della media il bambino quasi sempre soggetto a una sofferenza che lo costringa a salire.

Come abbiamo già dimostrato, la sofferenza, questa variante oppressiva ma benedetta, dipende dall'estrema vulnerabilità fisica del soggetto, da un'acutissima capacità di percepire gli eventi esterni, che si riscontra molto spesso nel portatore di deficit degli organi dei sensi o, se non in lui stesso – i nostri mezzi di ricerca sono spesso insufficienti nel caso di varianti meno pronunciate – in altri componenti della sua famiglia. Fra gli ascendenti e i collaterali troviamo spesso evidentissime tracce di menomazioni costituzionali, non di rado responsabili di malattie; varianti negative che – fra l'altro – hanno costretto l'umanità a migliorare, a salire². Nel gioco che il bambino fa da solo e nella esecuzione individuale di ogni gioco si palesa la creatività del bambino. Ogni gioco dà spazio all'aspirazione alla superiorità. I giochi collettivi danno conto della forza propulsiva del sentimento sociale. Ma accanto a questi, l'attività individuale, sia nei bambini che negli adulti, è tutt'altro che infruttuosa; anzi, qualora contempli in

prospettiva un arricchimento della socialità, va addirittura favorita. E il fatto che un'attività possa essere esercitata solo individualmente non danneggia minimamente la sua funzione. Qui è all'opera nuovamente la fantasia, che le arti alimentano in forte misura. Tuttavia, finché i bambini non raggiungono una certa maturità va tenuta lontana ogni lettura inadeguata; ogni nutrimento spirituale troppo complicato, che può essere frainteso o soffocare il sentimento sociale in crescita. Fa parte di queste letture la descrizione di fatti crudeli, terrificanti, che impressionano in modo particolare quei bambini nei quali la paura stimola l'apparato urogenitale. Fra questi, sono incapaci di opporre resistenza al «principio edonistico» in particolare i bambini viziati, nei quali la fantasia, e poi la pratica, crea di proposito situazioni capaci di provocare eccitamenti sessuali. Nelle mie ricerche sui sadici e sui masochisti sessuali, oltre alla mancanza di sentimento sociale ho sempre riscontrato un nefasto concatenamento di tali circostanze.

La maggior parte dei sogni a occhi aperti dei bambini e degli adulti in qualche misura sganciati dal senso comune persegue mete di superiorità. Va da sé che la fantasia, a scopo di compensazione, come per ristabilire l'equilibrio psichico – cosa che per questa via non riesce mai – segue proprio la direzione necessaria per superare la debolezza che affligge il soggetto. È un processo simile a quello che il bambino adotta nel creare il proprio stile di vita. Quando incontra una difficoltà, la fantasia lo aiuta a immaginarsi dotato di una personalità forte e lo sprona a raggiungerla. Però esistono casi nei quali la fantasia non serve da pungolo, in essi la compensazione è puramente immaginaria, per cui la situazione che si crea è spiccatamente asociale, anche se esente da aggressività nei confronti del mondo esterno. Anche quando, sempre adeguatamente guidata dallo stile di vita di quest'ultimo, va contro il sentimento sociale, la fantasia può essere riconosciuta come un segno di esclusione dallo stile di vita e indirizzare il ricercatore. Così i frequenti sogni ad occhi aperti, con immagini crudeli, che talora divengono fantasie o sono rimpiazzati da fantasie con immagini di guerra in cui il soggetto compie gesta eroiche, di salvare personaggi importanti, segnalano di norma il senso di

debolezza che lo affligge e che nella vita diventa timidezza e incapacità di decidere. Chi vede in queste manifestazioni e in analoghe forme di espressione, apparentemente contrastanti, un'ambivalenza, una scissione della coscienza, una vita sdoppiata, non conosce l'unità della personalità nella quale – disconoscendo il collegamento che l'unisce – si desumono apparenti contrasti solo dal confronto tra situazioni di minus e situazioni di plus. Chi si rende conto del fatto che il processo psichico è inarrestabile, che avanza in continuazione, sa che caratterizzarlo correttamente con una parola, con un concetto del nostro linguaggio, troppo povero, è impossibile, perché non è possibile dare un nome, come se fosse un qualcosa di statico, a ciò che scorre incessantemente.

Sono molto frequenti le fantasie di appartenenza a un'altra famiglia, che rivelano la insoddisfazione del soggetto nei confronti dei propri genitori. Nelle psicosi, meno marcatamente in altri casi, questa fantasia viene considerata realtà attraverso un'accusa incessante. L'ambizione si rifugia nel mondo magico della fantasia tutte le volte che il soggetto trova insopportabile la realtà. Tuttavia non dobbiamo dimenticare che quando la fantasia si accoppia a un sentimento sociale ben sviluppato possiamo aspettarci prestazioni più che egregie, perché in questi casi la fantasia risvegliando sentimenti ed emozioni che esigono il cambiamento funge da pungolo, agisce come il piede che premendo sull'acceleratore dell'auto costringe il motore a migliorare la sua prestazione. Pertanto, il valore di una fantasia dipende principalmente dalla quantità di sentimento sociale che la compenetra. Questo vale tanto per il singolo quanto per la massa. Quando abbiamo a che fare con un sicuro insuccesso dobbiamo aspettarci una fantasia altrettanto fallimentare. Alcuni esempi: il bugiardo, il truffatore, il millantatore. Anche il buffone. La fantasia non si ferma mai del tutto, nemmeno quando non si coagula in sogni ad occhi aperti. Già chi punta a una meta di superiorità costringe la fantasia, come ogni altro desiderio di perfezione, a guardare al futuro. La fantasia è innegabilmente un training lungo la direzione dello stile di vita, sia quando fa la sua comparsa nella realtà o nei sogni, diurni o notturni, sia quando crea opere d'arte. Essa porta a evidenziare la

propria personalità, pertanto è soggetta al senso comune in misura diversa. Anche il soggetto spesso sa che sta sognando. E chi dorme, per staccato che sia dalla realtà, raramente cade dal letto. Quindi tutto ciò a cui si rivolge la fantasia: ricchezza, forza, gesta eroiche, grandi opere, immortalità ecc., è iperbole, metafora, allegoria, simbolo. Non possiamo negare il potere di stimolo delle metafore. Benché alcuni miei avversatori non lo riconoscano, per me le metafore sono fantasiosi travestimenti della realtà, non sono mai uguali alla realtà. Quando hanno la capacità di conferire alla nostra vita una forza supplementare, il loro valore è indiscutibile, e quando abbassano il nostro sentimento sociale la loro lesività dev'essere decifrata. Però in tutti i casi servono a rafforzare il tono affettivo di un problema che riguarda lo stile di vita; ma in particolare quando il senso comune si rivela troppo debole o è in contrasto con la soluzione richiesta dallo stile di vita. Questo dato di fatto ci aiuterà anche a capire il sogno.

Per capire il sogno occorre prendere in considerazione il sonno. Il sonno rappresenta la situazione, l'atmosfera necessaria perché si possa sognare. Il sonno è indubbiamente un prodotto della evoluzione, un'autoregolazione, ovviamente collegata con le modificazioni dello stato fisico del momento, che esse stesse producono. Anche se oggi si tratta solo di un'ipotesi (forse Zondek con le sue ricerche sull'ipofisi ha chiarito un po' il problema), dobbiamo supporre che la fantasia operi insieme all'impulso ipnotico. Per assolvere al proprio compito, che è quello di far riposare l'organismo (corpo e mente), il sonno avvicina tutte le attività, fisiche e psichiche, allo stato di quiete. La forma di vita del soggetto viene armonizzata, adeguata al cambiamento, al passaggio dal giorno alla notte, dalla veglia al sonno. Ciò che distingue, fra l'altro, il dormiente dal vegliante è il suo concreto distacco dai problemi del giorno.

Però il sonno non è fratello della morte. La forma di vita, la legge dinamica dell'individuo, continua a vegliare, veglia senza sosta. Il dormiente si muove, evita le posizioni scomode, può essere svegliato da una luce, da un rumore, fa attenzione a un bambino che gli dorme accanto e porta con sé le sue gioie e i suoi dolori.

Mentre dorme l'individuo si occupa di tutti i problemi la cui soluzione non turberà il sonno. I movimenti di irrequietezza del lattante svegliano la madre; il mattino porta con sé il risveglio e chi dorme si sveglia quasi sempre nell'ora in cui desidera svegliarsi. L'atteggiamento fisico nel sonno, come ho dimostrato ³, corrisponde sovente all'atteggiamento psichico, come avviene durante la veglia. L'unità della vita psichica rimane inalterata anche nel sonno, per cui il sonnambulismo o il suicidio nel sonno, il digrignamento dei denti, la fabulazione notturna, le tensioni muscolari e le conseguenti parestesie, debbono essere considerati parti del tutto e possono servire per trarre conclusioni, che tuttavia dovranno essere confermate da altre forme di espressione. Nel sonno, sentimenti e stati d'animo possono affiorare anche senza essere accompagnati da sogni.

Il sogno assume prevalentemente la forma di un evento visivo per il peso preponderante di sicurezza che ci comunicano i fenomeni visivi. Io ho sempre detto ai miei studenti: «Quando nelle vostre ricerche qualcosa non vi è chiaro, tappatevi le orecchie e guardate, osservate il movimento». Probabilmente ognuno di noi è consapevole di questa maggiore sicurezza, anche se non l'ha mai formulata in modo chiaro. Che sia il sogno a cercare questa maggiore sicurezza? È il sogno, distaccato com'è dalle cure del giorno, affidato com'è, soltanto a se stesso, con la sua intatta forza creatrice guidata dallo stile di vita, libero com'è dalle restrizioni imposte dalle leggi della realtà, quello che esprime con più forza proprio lo stile di vita? Che sia il sogno, consegnato com'è alla fantasia ancorata allo stile di vita, a seguire quei percorsi, sui quali vediamo la fantasia combattere a favore dello stile di vita dell'individuo, che si imbatte in un problema che supera le sue energie? Quando il senso comune non parla [e non esprime nel sogno] il sentimento sociale dell'individuo, ciò avviene perché questo non è sufficientemente forte?

Non vogliamo occuparci di quelli che mediante insinuazioni e colpevoli silenzi vorrebbero privare del vento le vele della Psicologia Individuale, ricorderemo soltanto, perché doveroso, che il primo studioso che ha cercato di formulare una dottrina

scientifica del sogno, una onirologia, è stato Freud. Questo è e resta un suo merito che nessuno può disconoscere, come nessuno può sminuire il valore di certe osservazioni che Freud definisce appartenenti all'«inconscio». Sembra che egli sapesse molto più di quanto comprendesse. Però costringendosi a raggruppare tutti i fenomeni psichici intorno alla libido sessuale, l'unico principio che giudica dominante, Freud ha imboccato una strada difficilmente percorribile, resa ancora più impervia dal fatto che egli attribuisce importanza solo agli impulsi negativi, alle pulsioni malefiche, le quali, poiché nascono, come io ho dimostrato, dal complesso di inferiorità dei bambini viziati e sono le conseguenze di un'educazione sbagliata e di una distorta autocreazione del bambino, non possono essere identificate con la struttura psichica, con la forma che l'evoluzione ha realmente conferito alla struttura psichica. Quello che, in breve, si può dire del sogno è: «La persona che decidesse di raccontare per iscritto i propri sogni, tutti indistintamente, senza falsi pudori, fedelmente, circostanziatamente e aggiungesse un commento che comprende le spiegazioni che egli può dare in base ai ricordi della sua vita e delle sue letture, farebbe un grosso regalo all'umanità. Però, siccome oggi l'umanità è quella che è, nessuno lo farà. Sarebbe già qualcosa se lo facesse dentro di sé, in silenzio, senza raccontarlo a nessuno». – È Freud che lo dice? No, lo dice Hebbel nelle sue *Memorie* –. Stabilito così il valore del sogno, è ora importante verificare se lo schema adottato da Freud regga o no a una critica scientifica. Lo schema psicoanalitico ha retto tanto poco alle critiche che oggi lo stesso Freud, dopo aver più volte modificato la sua interpretazione dei sogni, dichiara di non aver mai sostenuto che ogni sogno ha un contenuto sessuale. È comunque un altro passo avanti.

Ma la cosiddetta «censura» di Freud non è che l'allontanamento dalla realtà che ha luogo nel sonno, un allontanamento intenzionale dal sentimento sociale, la cui carenza ostacola la soluzione normale del problema esistente. Di conseguenza l'individuo, come traumatizzato dalla paura di subire una sconfitta, cerca un modo diverso, più facile, per risolvere il problema, chiedendo aiuto alla fantasia, che è estranea al senso

comune ed è guidata dallo stile di vita. Vedere in questo distacco dalla realtà l'appagamento di un desiderio o un desiderio di morte è un luogo comune che non spiega affatto la struttura del sogno, in quanto l'intero processo vitale, comunque lo si consideri, può essere interpretato come il tentativo di appagare un desiderio.

Nelle mie ricerche sul sogno ho avuto due formidabili aiuti. Uno me l'ha fornito Freud con le sue concezioni inattendibili. Ho imparato dai suoi errori. Benché io abbia rinunciato a farmi psicanalizzare [da Freud] ⁴ ed abbia rifiutato a *limine* (sin dall'inizio) tale invito, (perché l'analisi avrebbe turbato la imparzialità della concezione scientifica, imparzialità già scarsa nella maggior parte dei casi, stante l'acritica accettazione della sua dottrina) io conosco così bene la teoria freudiana, che sono in grado non solo di riconoscerne gli errori, ma anche di prevedere (nell'immagine speculare di un bambino viziato) quale sarà il successivo passo di Freud. Perciò a tutti i miei studenti ho sempre raccomandato di occuparsi a fondo della dottrina di Freud. A Freud e ai suoi allievi piace considerarmi un allievo di Freud perché ho a lungo e attivamente partecipato alle discussioni della società psicoanalitica [di Vienna] ma io non sono mai stato un allievo di Freud e sono stato il primo ad abbandonare la società psicoanalitica quando i suoi membri volevano giurare sulle concezioni di Freud. Non si potrà negare che ho sempre tracciato i confini fra la Psicologia Individuale e la psicoanalisi in modo più netto di quanto abbia fatto Freud, e che non mi sono mai vantato di aver espresso in quella occasione il mio aperto dissenso. Il fatto che l'affermazione della Psicologia Individuale abbia innegabilmente influenzato i mutamenti verificatisi poi nella psicoanalisi sia stato avvertito come un duro colpo, non mi riempie di gioia. Tuttavia capisco che non sia facile accettare una dottrina che pone al suo centro la concezione della vita del bambino viziato. Come in fondo non può sorprendere il fatto che, in seguito al progressivo avvicinamento della psicoanalisi (che pure non ha rinunciato del tutto al suo principio fondamentale) alla Psicologia Individuale, si siano evidenziate delle analogie, chiaro risultato dell'indistruttibile senso comune. Qualcuno può avere l'impressione che io abbia

condannato a priori lo sviluppo della psicoanalisi negli ultimi 25 anni. Invece io sono suo prigioniero e non vengo liberato.

Il secondo aiuto, molto più forte, mi è venuto dalla concezione di unità della personalità, da più parti scientificamente confermata e provata. La stessa appartenenza all'unità dev'essere una caratteristica pure del sogno. Anche le rêveries diurne, regolate dallo stile di vita, sono caratterizzate dalla maggior distanza che prendono dalla realtà da influenzare. Ma anche prescindendo da ciò, non sarebbe comunque possibile sostenere una teoria che consideri il sogno come una forma psichica differente da quelle presenti nello stato di veglia. È un'affermazione questa che può portare a concludere che lo stato di sonno sia una variante dello stato di veglia e che, allora, anche lo stato di veglia sia una variante dello stato di sonno. La legge suprema di queste due forme di vita vuole che il sentimento del valore dell'io (Wertgefühl des Ich) non vada mai perduto, né nella veglia né nel sonno. Oppure, secondo il noto concetto della Psicologia Individuale: l'aspirazione alla superiorità quale meta ultima sottrae l'individuo alla pressione cui lo sottopone il sentimento di inferiorità. Sappiamo qual è la direzione di questa aspirazione, è una direzione in varia misura diversa da quella del sentimento sociale e va contro il senso comune. L'io prende forza dalla fantasia onirica per risolvere un problema la cui soluzione richiede un'adequata misura di sentimento sociale. Ovviamente è sempre la gravità soggettiva del problema, che funge da test del sentimento sociale, e il problema può essere così difficile che... anche il migliore dei soggetti cerca rifugio nel sogno.

Perciò noi per primi dobbiamo constatare che ogni stato onirico ha un suo fattore esogeno. Questa è una concezione diversa e migliore di quella freudiana del «resto diurno», perché contempla la sensazione della prova cui il soggetto si sente sottoposto e la conseguente ricerca di una soluzione. Essa contiene l'«avanzamento in direzione della meta», il «verso uno scopo» della Psicologia Individuale, al contrario della regressione e dell'appagamento di desideri sessuali infantili di Freud, che mettono a nudo il mondo fittizio del bambino viziato (che vuole

avere tutto e non ammette che un suo desiderio resti insoddisfatto). Segnala il miglioramento, il movimento ascensionale che fa parte dell'evoluzione e mostra come ogni individuo si progetti la via che vuol percorrere. Mostra l'opinione che esso ha della sua vita, e del senso della sua vita.

Lasciamo da parte per un momento lo stato onirico. Qui c'è un individuo che deve superare una prova che non è preparato a superare perché carente di sentimento sociale; di conseguenza si rifugia nella fantasia. Chi è che si rifugia? L'io, naturalmente. L'io si rifugia nel proprio stile di vita con l'intento di trovare una soluzione che gli sia consona. Ma questo – salvo qualche sporadica eccezione per i sogni importanti per la comunità – significa trovare una soluzione discordante col senso comune e col sentimento sociale, però capace di consentire al soggetto di superare le sue difficoltà e difugare i suoi dubbi, anzi rafforza addirittura il suo stile di vita e il suo egocentrismo. Il sonno, come l'ipnosi se praticata a regola d'arte, e come l'autosuggestione, non fa che agevolare il raggiungimento di questo obiettivo. Ne dobbiamo dedurre che il sogno, quale creazione voluta dallo stile di vita, cerca e rappresenta l'allontanamento dal sentimento sociale. Tuttavia, quando lo stesso è sufficientemente sviluppato, in situazioni particolarmente minacciose, si osserva talvolta il contrario: la vittoria del sentimento sociale sul tentativo di allontanare l'individuo da lui. Un dato di fatto che dà ragione alla Psicologia Individuale quando sostiene che la vita psichica non è inquadrabile in formule e regole – affermazione che tuttavia in questo caso lascia intatta la sua tesi principale: il sogno rivela il distacco dal sentimento sociale.

Ecco allora un'obiezione che mi ha sempre preoccupato, ma alla quale debbo una comprensione più profonda del problema onirico. Se infatti si accetta quanto sopra esposto, come si spiega che nessuno capisce i propri sogni, che nessuno vi presta attenzione, anzi che la maggior parte delle persone li dimentica? A prescindere dall'esigua schiera di coloro che li capiscono in parte, nel sogno sembra agire una forza che opera senza risparmio di energia, fenomeno che nell'economia della vita psichica non si osserva mai. Però qui ci viene in aiuto un'altra esperienza frutto

della ricerca della Psicologia Individuale. L'uomo sa più di quanto capisce. Ma allora nel sogno, quando la capacità di capire dorme, la capacità di sapere è sveglia? Ma se le cose stanno in questi termini, dovremmo poter dimostrare qualcosa di simile per lo stato di veglia. Ebbene, è proprio così. L'uomo infatti non sa nulla (a livello cosciente) della meta che sta perseguendo, eppure la persegue; non capisce affatto il proprio stile di vita eppure vi aderisce costantemente. E quando, di fronte a un problema il suo stile di vita lo induce a seguire una determinata via, una via che porta a una meta edonistica, emergono sempre pensieri e immagini che io definisco «sicurezze» e che, pur non essendo sempre necessariamente collegati in modo visibile con la meta, gli rendono appetibile quella via. Quando un uomo è profondamente insoddisfatto della sua donna, spesso gli appare molto più desiderabile un'altra donna senza che gli sia chiaro il nesso esistente, per non parlare dei sentimenti di protesta o di vendetta che lo animano. La sua comprensione diviene tale solo contestualmente alla comprensione del suo stile di vita e del problema esistente. Inoltre, come abbiamo già fatto presente, la fantasia, e quindi anche il sogno, deve liberarsi di gran parte di quel fardello che è il senso comune. Perciò chiedere al sogno quale sia il suo senso comune, per concludere – come fanno alcuni autori – che il sogno è privo di senso comune, è scorretto. Il sonno si avvicina fortemente al senso comune solo in rarissimi casi, non coincide mai con esso. Come abbiamo già dimostrato per la fantasia, la funzione più importante del sogno consiste nell'*allontanare il sognatore dal senso comune*. Quindi nel sogno il soggetto si autoinganna, commette un imbroglio ai propri danni. Conformemente alla nostra concezione fondamentale possiamo aggiungere: un autoinganno che, di fronte a un problema che il sentimento sociale non sa risolvere, ne affida la soluzione allo stile di vita, per cui alla mente del sognatore affluiscono immagini che gli invia il suo stile di vita.

Allora, finito il sogno, non resta nulla, il sogno non lascia nessuna traccia? Credo di aver risolto questo importantissimo problema. Resta ciò che residua tutte le volte che un uomo si mette a fantasticare: rimangono sentimenti, emozioni o un certo tipo di

atteggiamento. Ci permette di dedurre che essi operano tutti in direzione dello stile di vita, la concezione fondamentale della unità della personalità, propugnata dalla Psicologia Individuale. È stato l'argomento di uno dei primi attacchi contro la teoria onirica di Freud quando, nel 1918, basandomi sulle mie esperienze, ho sostenuto che il sogno si proietta nel futuro «aiutando» con forza il soggetto a risolvere un problema come più gli conviene. Successivamente ho potuto integrare questa concezione grazie alla scoperta che il sogno non aiuta il soggetto, attingendo al senso comune e al sentimento sociale, ma ricorrendo a «similitudini» e metafore, come fa il poeta quando vuol destare sentimenti ed emozioni. Quindi anche sul piano della concretezza, nello stato di veglia, si adotta questo sistema. Sta di fatto che anche le persone prive di estro poetico quando vogliono impressionare qualcuno ricorrono a parole [metaforiche] offensive come «somaro», «vecchia strega» ecc. e anche l'insegnante, quando non riesce a spiegare un concetto in parole povere, disperato [ricorre alle metafore].

Due cose si osservano. La prima è che i paragoni destano sentimenti più e meglio di un'espressione obiettiva. Nel linguaggio della poesia, l'uso della metafora porta addirittura al trionfo. La seconda è che appena ci allontaniamo dal mondo dell'arte ci accorgiamo che l'uso delle similitudini nasconde un pericolo. «Zoppicano» [come fanno uomini e animali per far vedere che sono inoffensivi e inermi] dice giustamente la gente, intendendo significare che l'uso della metafora minaccia un imbroglio. Qui se consideriamo l'uso metaforico delle immagini nel sogno arriviamo a un giudizio uguale a quello espresso sopra. Quando non seguono la via della ragione pratica le immagini servono ad autoilludere il sognatore, a suscitare sentimenti e quindi a determinare una presa di posizione che è conforme allo stile di vita. Tuttavia il sogno può essere preceduto da uno stato d'animo analogo al dubbio, e allora si pone un problema che va studiato attentamente. Ma poi l'io tra mille possibilità sceglie le immagini che assecondano il proprio stile di vita, che lo aiutano a raggiungere il suo scopo, cioè ad accantonare la ragione pratica.

Quindi abbiamo constatato che la fantasia, nel sogno, come in

tutte le altre circostanze – pur utilizzando, come tutti i nostri pensieri, sentimenti e azioni, immagini mnemoniche – segue le direttive dello stile di vita. Poiché nella vita del bambino viziato queste immagini mnemoniche, anche se sono imputabili agli errori commessi da chi lo ha viziato, si proiettano in realtà nel futuro, non dobbiamo concludere, sbagliando, che esprimono il soddisfacimento di desideri infantili, cioè che rappresentano una regressione a uno stadio infantile. Inoltre dobbiamo considerare che lo stile di vita sceglie le immagini che gli servono per raggiungere i propri scopi, per cui questa scelta ci informa proprio sullo stile di vita. L'assimilazione dell'immagine onirica a una situazione esogena ci permette di individuare la via che imbocca chi sogna di fronte al problema da risolvere secondo il suo stile di vita, per obbedire alla propria legge dinamica. Rivela la debolezza della sua posizione il fatto che ricorre a paragoni e similitudini che suscitano sensazioni e sentimenti fallaci, privi di valore e di significato, che rafforzano e accelerano il movimento conformemente allo stile di vita. Ecco allora che l'incomprensibilità del sogno, incomprendibilità che in molti casi si constata anche nella veglia quando il soggetto vuol consolidare il suo errore con argomentazioni pretestuose, non è casuale, ma è necessaria.

Esattamente come nella veglia, chi sogna dispone anche di un altro mezzo per escludere la ragione pratica; esclude dal problema il nucleo centrale o prende in considerazione solo gli aspetti secondari. È un modo di procedere analogo a quello che ho descritto nel 1932, negli ultimi numeri della *Zeitschrift für Individualpsychologie*⁵, definendolo come una soluzione parziale, incompleta del problema, indizio di un complesso di inferiorità. Mi rifiuto ancora una volta di fissare regole per l'interpretazione dei sogni, perché per praticarla occorrono, più che sistematicità, doti artistiche. Il sogno non presenta nulla che non possano rivelare anche altre forme di espressione. Solo che il ricercatore, per poter richiamare l'attenzione del soggetto su ciò che sicuramente contribuirà a convincerlo, deve capire in quale misura è ancora attivo il vecchio stile di vita. Quando interpretiamo un sogno dobbiamo riuscire a far capire al paziente che lui come Penelope, di

notte disfa ciò che ha fatto, tessuto di giorno. Inoltre non dobbiamo dimenticare che lo stile di vita – come un medico che costringe l'ipnotizzato a obbedire ai suoi ordini – costringe la fantasia a obbedire supinamente alle proprie direttive senza alcuna presa di posizione. Anche questa è una forma di sfida già segretamente esercitata nell'infanzia.

I sogni ricorrenti indicano il modo in cui si esprime (conformemente allo stile) la legge dinamica nei confronti dei problemi che al soggetto appaiono analoghi. I sogni brevi evidenziano la soluzione rapida e precisa di un problema. I sogni dimenticati fanno supporre che il loro tono emozionale sia forte rispetto a una ragione pratica parimenti forte, che è necessario smorzare per aggirare il materiale ideativo, lasciando residuare unicamente l'emozione e l'atteggiamento. Molto spesso si constata che i sogni paurosi riflettono il forte timore di una sconfitta, i sogni gradevoli un netto «fiat» o il contrasto con la situazione esistente, onde provocare un sentimento di avversione ancora maggiore. I sogni di persone morte fanno pensare (ipotesi che comunque dev'essere confermata con l'aiuto di altre forme di espressione) che il soggetto non ha definitivamente seppellito il morto e ne subisce ancora l'influsso. I sogni di caduta, che sono i più frequenti, evidenziano il timore di perdere in parte la sensazione del proprio valore, ma al contempo indicano che il soggetto si autorappresenta in alto nello spazio. Nei sogni di volo, frequenti nelle persone ambiziose, a causa dell'aspirazione alla superiorità, si verificano situazioni che pongono il soggetto al di sopra delle altre persone. Questo sogno non di rado è collegato a un sogno di caduta – come per mettere in guardia il soggetto dai pericoli dell'eccessiva ambizione. Il felice atterraggio che conclude la caduta più che col pensiero viene percepito coi sensi, e sembra suscitare una sensazione di sicurezza: il soggetto pre-sente che non gli accadrà niente di male. La perdita del treno – cioè di un'occasione – può essere interpretata in vario modo. Può rispecchiare, ad esempio, un aspetto del carattere del soggetto: la propensione a evitare, arrivando in ritardo, di subire una sconfitta. I sogni di nudità che sgomentano il paziente possono tradire la sua paura di essere colto

in flagrante; non di rado fanno questo sogno le persone che hanno qualcosa da nascondere. Le tendenze motorie, visive e acustiche si manifestano spesso nei sogni, però sempre collegate a una presa di posizione relativa al problema esistente, del quale in qualche raro caso favoriscono addirittura la soluzione. Lo provano alcuni esempi. Il ruolo di spettatore del sognatore rivela quasi sempre che il soggetto è abituato a ricoprire questo ruolo anche nella vita. I sogni sessuali evidenziano tendenze diverse. Rappresentano ora un timido avvio alla pratica sessuale, ora l'arretramento di fronte a un partner e la limitazione alle proprie risorse. I sogni omosessuali evidenziano un training rivolto contro l'altro sesso, non un'innata tendenza in questo senso. I sogni crudeli in cui il soggetto è attivo rispecchiano un suo desiderio di vendetta; altrettanto i sogni osceni. I frequenti sogni nei quali coloro che bagnano il letto immaginano di urinare nel luogo appropriato, aiutano i sognatori a realizzare la loro vendetta contro la persona da cui si sentono trattati ingiustamente. Poiché i miei libri e i miei saggi contengono l'interpretazione di molti tipi di sogni, qui eviterò di citare altri esempi. Per quanto riguarda il rapporto con lo stile di vita segnalo invece il seguente sogno:

Un uomo, padre di due figli, era in conflitto con la moglie che – come lui ben sapeva – non lo aveva sposato per amore. Da bambino era stato viziato e poi detronizzato da un fratello. La dura scuola a cui era cresciuto gli aveva insegnato così bene a dominare la collera che spesso, forse troppo spesso, cercava di accordarsi coi propri avversari, per lo più con scarso successo. Anche il suo atteggiamento nei confronti della moglie era un misto di attesa, speranza, fiducia nell'amore da parte di lei e insieme di esplosioni di rabbia quando non sapeva come uscire dal senso di inferiorità che lo affliggeva. La donna era incapace di comprendere queste dinamiche. Ai figli voleva molto bene ed essi lo ricambiavano, mentre, per contro, la moglie, nella sua formale serenità, non era in grado di competere col grande affetto che il marito manifestava nei suoi confronti. Il paziente aveva la sensazione che trascurasse i figli e la accusava di non curarli abbastanza. I rapporti coniugali erano difficili. Entrambi i coniugi

desideravano evitare la nascita di altri figli; però su altri piani erano in totale contrasto. Il marito, che nell'amore riconosceva solo sentimenti forti e intendeva esercitare a pieno i suoi diritti, trovava che la moglie, nonostante i suoi deboli sforzi per soddisfarlo, per ottemperare agli obblighi matrimoniali, era frigida; a causa del suo stile di vita mancava del necessario calore. Una notte il paziente sognò ventri femminili sanguinanti che venivano scaraventati qua e là in malo modo. Mentre parlava con me si ricordò che anni prima un amico studente di medicina gli aveva fatto visitare una sala anatomica. Era evidente – e il paziente me lo confermò – che il parto della moglie, cui il paziente aveva assistito due volte, lo aveva tremendamente impressionato. Il messaggio era chiaro: «Non voglio assistere a un terzo parto di mia moglie».

Era un altro sogno: «Stavo cercando il mio terzo figlio, che avevo perduto o mi era stato rapito. Avevo una paura terribile; nonostante tutti i miei sforzi non riuscivo a trovarlo». Siccome il paziente non aveva un terzo figlio, era chiaro che era ossessionato dalla paura che nascesse un terzo figlio. Data la scarsa capacità della moglie di occuparsi dei figli, il terzo figlio avrebbe corso un grande pericolo. Il sogno, fatto poco dopo il rapimento del figlio di Lindbergh, evidenziava – corrispondentemente allo stile di vita e alle convinzioni del paziente – lo stesso problema da trauma esogeno. Rivelava: la rottura dei rapporti con una donna che, determinata a non generare altri figli, non offriva calore; la eccessiva accentuazione dei difetti della stessa; ma anche la tremenda paura del paziente di dover assistere di nuovo a un parto.

Il paziente era venuto da me perché da qualche tempo accusava impotenza. Altri indizi riportavano alla sua infanzia, nella quale, per superare il proprio stato di inferiorità, aveva imparato a risolvere il suo problema respingendo la persona che riteneva fredda nei suoi confronti, sua madre, dichiarandole che non avrebbe tollerato la nascita di un altro fratello. Il sogno evidenziava innegabilmente la componente principale del suo stile di vita, cui erano imputabili la scelta di certe immagini, l'autoinganno per mezzo delle similitudini, che, molto lontane dalla ragione pratica, rafforzavano il suo stile di vita, l'arretramento, più scaltro che elaborato dal senso comune, dal

problema esistenziale imputabile al persistente trauma, la parziale soluzione del problema, in rapporto alla sua debolezza.

Sulla cosiddetta simbolistica onirica freudiana io, forte delle mie esperienze, posso dire quanto segue: è vero che gli uomini hanno sempre mostrato un'innegabile tendenza a paragonare eventi e cose non solo sessuali a fatti della vita pratica. Ai tavoli delle birrerie e quando parlano di sconcezze lo fanno ogni giorno e lo hanno sempre fatto, non solo per il gusto di dissacrare, di fare dello spirito, eccedendo, ma anche, in gran parte, per dare sfogo alle emozioni che il simbolo evoca. Non occorre una grande perspicacia per capire certi simboli presenti nel folklore e nelle canzoni popolari. Tuttavia è più importante rilevare il fatto che nel sogno questi simboli figurano sempre con scopi ben precisi. È stato Freud a richiamare per primo l'attenzione su questo fenomeno. Però, vedere un simbolo sessuale in tutto ciò che non si capisce e concludere che tutto è imputabile alla libido sessuale, non è giusto, non è lecito, è un discorso che non regge a una seria critica. Ma sono molto poco probanti anche i cosiddetti «esperimenti dimostrativi» praticati su persone ipnotizzate, cui in precedenza viene suggerito di sognare scene sessuali e che poi sognano simboli freudiani della sessualità. Il fatto che queste persone, invece di esplicite espressioni sessuali, scelgono simboli che sono loro familiari dimostra tutt'al più che esiste il senso naturale del pudore. Si aggiunga che oggi un allievo di Freud ha difficoltà a trovare una persona disposta a sottoporsi a un esperimento del genere, se prima non le ha spiegato minuziosamente di che cosa si tratta. Senza contare che la «simbolistica freudiana» ha arricchito straordinariamente il vocabolario popolare e ha distrutto alla radice l'obiettività delle valutazioni di fatti abitualmente ritenuti privi di malizia. Anche nei sogni dei pazienti, precedentemente sottoposti a trattamento psicoanalitico, si rileva spesso un ampio utilizzo di simboli freudiani. La mia critica sarebbe ancora più energica se credessi, come Freud, nella telepatia e supponessi, come Freud e i suoi superficiali precursori, che essa ha luogo attraverso un radio transfert, ma rinuncio a continuare a trattare questo argomento.

¹Visti i progressi delle neuroscienze è oggi più giusto parlare genericamente di processi neurofisiologici affiancando così alla teoria dei riflessi condizionati anche altre conoscenze come quella dei neuroni specchio ed altre ancora (n.d.c.).

²V. Alfred Adler (1907), *Studie über Minderwertigkeit von Organen* (l.c.).

³V. Alfred Adler (1919), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie* (l.c.).

⁴ E' chiaro che Adler non prende posizione contro l'analisi in sé: tutte le sue opere sono infarcite di riferimenti analitici personali e contengono le interpretazioni dei suoi sogni: egli non ha voluto sottoporsi a un'analisi che avrebbe dato all'analista il carisma di capo scuola e lo avrebbe messo nelle condizioni di Julien Sorel, il protagonista de *Il rosso e il nero* di Stendhal, se questi in seminario si fosse fatto dirigere spiritualmente dall'intrigante e potente direttore del seminario invece che dal giansenista abate Pirard. Vedi MARASCO, E. E. - MARASCO, S. (2008), Stendhal e la psicologia adlerina, «Rivista di Psicologia Individuale» 63: 65-86 (n.d.c.).

⁵«Zeitschrift für Individualpsychologie», Lipsia, Hirzel.

15. Il senso della vita

Chiedersi quale sia il senso della vita ha un valore e un significato solo se si tiene presente il sistema di riferimento, o le coordinate, uomo-cosmo. In quest'ottica è facile capire che in tale sistema il cosmo possiede un potere modellante (formende Kraft). Il cosmo è, per così dire, il padre di tutto ciò che vive, e tutto ciò che vive si adopera e lotta senza posa per soddisfare le esigenze del cosmo. Si comprende così che non si tratta di una forza che in seguito, evolvendo, è in grado di portare a termine ogni cosa, ma di un impulso innato, che fa parte della vita, di una spinta, di autoevoluzione, di un qualcosa senza il quale è impossibile immaginare la vita. Vivere significa evolvere. La mente umana è fin troppo abituata a dare forma a tutto ciò che si muove, a considerare non il movimento, ma il movimento congelato, il movimento è diventato forma. Noi psicologi individuali tendiamo invece da sempre a trasformare in movimento ciò che cogliamo come forma. Tutti sappiamo che l'uomo trae origine da un'ovocellula, però tutti dobbiamo anche tenere presente che questa ovocellula contiene i principi, le basi per svilupparsi. Non sappiamo come la vita sia arrivata sulla Terra, e forse non lo sapremo mai. Da una unità microscopica ha potuto svilupparsi la vita solo perché il cosmo lo ha voluto. Possiamo supporre, per esempio – vedi il geniale esperimento di Smuts¹ – che la vita esista anche nella materia morta, concezione cui la fisica moderna si sta avvicinando a grandi passi, con la dimostrazione che gli elettroni si muovono intorno al protone. Non sappiamo se questa concezione sarà confermata anche in futuro, mentre sappiamo che non è più possibile dubitare del nostro concetto della vita come movimento, perché è il movimento che mantiene i suoi sincronismi e i suoi ritmi ed è il movimento che ne assicura l'autoconservazione e la mette in

contatto – in un contatto vittorioso per non essere mai sconfitta – col mondo esterno. La luce che Darwin ha acceso ci consente di capire che sopravvive solo ciò che è in grado di soddisfare le esigenze del mondo esterno. La concezione di Lamarck, che è ancora più vicina alla nostra, richiama sul potere creativo di cui è dotato ogni essere vivente. L'evoluzione, frutto della creatività dei singoli esseri viventi, mira in ogni specie a raggiungere una meta, una meta di perfezione, che coincide con l'adattamento attivo alle necessità del cosmo.

Se vogliamo capire in quale direzione va e si muove la vita, dobbiamo considerare che lo sviluppo consegue a un incessante adattamento attivo alle esigenze del mondo esterno. Dobbiamo pensare che si tratta di eventi primordiali legati alla vita primordiale. Si tratta sempre di supremazia, della conservazione dell'uomo, della razza umana; si tratta sempre di stabilire un rapporto favorevole tra individuo e mondo esterno. Questa necessità di realizzare il miglior adattamento possibile non può aver fine e non avrà mai fine. Io ho sviluppato questo pensiero già nel 1902 ² facendo presente che l'assenza di *adattamento attivo* è continuamente minacciata da questa «verità» e che la fine di popoli, famiglie, individui, specie animali e piante è imputabile alla mancanza proprio dell'adattamento attivo.

Parlo di adattamento attivo e con ciò escludo le fantasiose teorie che vedono un adattamento ancorato alla situazione del momento o alla morte, alla fine di ogni vita. Si tratta invece di un adattamento *sub specie aeternitatis*, perché è «corretto» solo lo sviluppo fisico e psichico che può essere considerato significativo per il futuro più lontano. Inoltre, il concetto di adattamento attivo dice che sia il corpo e lo spirito, sia l'intera organizzazione della vita debbono necessariamente aspirare all'adattamento ultimo, a far fronte a tutte le imposizioni, favorevoli e sfavorevoli, del cosmo. Gli equilibri apparenti non hanno vita lunga; prima o poi vengono travolti dalla forza della verità.

Noi siamo parte del grande fiume dell'evoluzione anche se non ce ne accorgiamo, come non ci accorgiamo che la Terra gira. Condiziona questo rapporto cosmico, del quale è parte la vita di

ogni singolo individuo, l'aspirazione a un'assimilazione al mondo esterno più perfetta possibile. Anche se volessimo mettere in dubbio l'esistenza di questa aspirazione alla superiorità già all'inizio della vita, non potremmo farlo: il correre di miliardi di anni ci prova con estrema chiarezza che l'aspirazione alla perfezione è innata e presente in ogni individuo. Ma questa considerazione dimostra anche altre cose. Non tutti sanno qual è l'unica via giusta. L'umanità ha tentato ripetutamente di immaginare questa ultima meta del proprio sviluppo. L'idea che al cosmo interessi conservare la vita non è che un pio desiderio, che tuttavia, nelle religioni, nella morale e nell'etica può essere usato, quale poderosa forza propulsiva, per promuovere il bene comune. Ed è stata usata sempre a questo fine. Anche l'adorazione di un feticcio, di una lucertola, di un fallo da parte di una tribù preistorica a noi appare scientificamente non giustificata, e tuttavia non possiamo negare che questa concezione primitiva del mondo ha promosso la convivenza, il sentimento sociale; infatti chi era animato dallo stesso fervore religioso era considerato un fratello, un tabù, e l'intero clan era tenuto a proteggerlo.

La migliore rappresentazione finora concepita dall'umanità di tale elevazione ideale è il concetto di Dio ³. Non c'è dubbio che il concetto di Dio contempli come meta proprio il movimento verso la perfezione e che – in quanto meta concreta della perfezione – corrisponda più di ogni altro all'inconscia aspirazione dell'uomo di raggiungere la perfezione. Tuttavia, secondo me, ognuno immagina Dio a modo suo. Esistono idee che a priori non sono all'altezza del principio della perfezione, però dell'accezione più pura di questo principio possiamo dire: qui si è riusciti a dare forma concreta alla meta di perfezione. La forza primordiale che è stata capace di stabilire indirizzi e mete religiose, che avrebbe portato gli uomini a unirsi fra loro, è stata la forza del sentimento sociale (che è una conquista della evoluzione) e dell'aspirazione ad avanzare. Naturalmente sono stati fatti innumerevoli tentativi di immaginare questa meta di perfezione. Noi psicologi individuali, e in particolare noi medici-psicologi che abbiamo a che fare con soggetti nevrotici e psicotici che sono diventati col tempo delinquenti, bevitori ecc.,

riscontriamo perfino negli alienati questa meta di superiorità, che tuttavia, andando in un'altra direzione, una direzione che contrasta con la ragione, non è riconoscibile come vera meta di perfezione. A noi, per esempio, il proposito di chi cerca di concretizzare la sua meta di superiorità prevaricando il prossimo sembra che non sia adatto a guidare sia l'individuo che la massa, perché non può aspirare alla perfezione chi, per raggiungere il proprio obiettivo, è costretto ad opporsi alle ineludibili esigenze dell'evoluzione, a violentare la realtà e a difendersi dalla verità e da chi la sostiene. Come ci appaiono irrazionali le mete di coloro per i quali la perfezione consiste nell'appoggiarsi agli altri o le mete di coloro che, per evitare sicure sconfitte, giudicano perfetta una condotta che lascia irrisolti i problemi esistenziali. Eppure c'è anche chi ritiene ciò accettabile.

Se allarghiamo la nostra prospettiva per chiederci: che fine hanno fatto gli esseri viventi che si sono prefissi una meta di perfezione sbagliata, che non hanno potuto o saputo adattarsi attivamente alla realtà del mondo esterno, perché sbagliando non hanno trovato la via dello sviluppo del sentimento sociale? La risposta più attendibile è che hanno decretato la propria fine. La fine di specie, razze, stirpi, famiglie e di migliaia di individui, dei quali non è rimasta traccia, ci insegna quanto sia necessario trovare la via che porta alla vera perfezione. Anche ai giorni nostri è ovvio ad ognuno di noi che la meta della perfezione indirizza e impronta di sé lo sviluppo della personalità, il modo in cui si esprime, il pensiero, i sentimenti, la concezione del mondo. È altrettanto ovvio e chiaro, per lo psicologo individuale, che qualunque direzione lontana dalla verità non può che danneggiare o distruggere chi la segue. È più che auspicabile conoscere meglio la direzione che è giusto e necessario seguire perché siamo tutti immersi nel grande fiume dell'evoluzione e dobbiamo seguirne la corrente. Anche qui la Psicologia Individuale, grazie a una concezione, suffragata da migliaia di esperienze, che le consente di riconoscere la via che porta alla perfezione ideale, ha fornito un valido apporto stabilendo le norme del *sentimento sociale*.

Possedere sentimento sociale significa in primo luogo aspirare

a un tipo di società valida per sempre, a una società proiettata in un futuro nel quale l'umanità possa raggiungere la meta di perfezione, non a una società come quella attuale o a una comunità politica o religiosa. Meta della perfezione dovrebbe essere l'unione ideale di tutti gli uomini, la realizzazione totale dell'evoluzione. Come possiamo saperlo? Non certo per esperienza diretta. Devo ammettere che non ha torto chi ravvisa nella Psicologia Individuale una componente di metafisica. Alcuni approvano, altri no. Purtroppo molti hanno un'idea sbagliata della metafisica, pensano erroneamente che tutto ciò che non riescono a capire direttamente sia escluso dalla vita dell'umanità. Ma questa è una concezione che ostacola la possibilità di evolvere, che impedisce ogni nuova acquisizione. Ogni idea nuova oltrepassa, in realtà, l'esperienza diretta. Le esperienze non producono mai idee nuove, forniscono solo una visione sinottica dei fatti, evidenziano il legame che li collega. Speculativa o trascendente, chiamatela come volete, non esiste scienza che non sfoci nella metafisica. Non vedo perché dovremmo diffidare della metafisica, che ha influenzato la vita degli uomini e il loro sviluppo in misura molto ampia. Non siamo detentori della verità assoluta, perciò non possiamo fare a meno di formulare ipotesi, di immaginare il nostro futuro, il probabile risultato delle nostre azioni, ecc. La nostra idea del sentimento sociale quale ultima forma dell'umanità – di uno stato di cose nel quale immaginiamo risolti tutti i problemi della vita e realizzati tutti i rapporti col mondo esterno – è un ideale che fornisce valide direttive. Un ideale che deve comportare la meta di una società ideale, perché tutto ciò che conta nella vita, tutto ciò che sussiste e permane è e sarà per l'eternità un prodotto di questo sentimento sociale.

Finora ho descritto i fatti, gli effetti e le carenze, allo stato attuale del sentimento sociale nell'individuo e nella massa e, nell'interesse della psicologia, della caratterologia, ho provveduto a rappresentare le mie esperienze, a spiegare la legge dinamica dell'individuo e della comunità e le sue carenze. Lo psicologo individuale vede e interpreta tutte le esperienze inconfutabili nell'ottica della propria scienza, che ha sviluppato un proprio

sistema sotto la spinta delle ricerche fatte. I risultati ottenuti non si contraddicono fra di loro e concordano col senso comune. La Psicologia Individuale è riuscita a fare tutto ciò che occorre per adattarsi alle esigenze di una dottrina rigorosamente scientifica: ad accumulare e a produrre un enorme numero di esperienze dirette, a costruire un sistema che tiene conto di queste esperienze e non è in contrasto con esse, ad acquisire la capacità di intuire concordemente col senso comune – una capacità che nel contesto di questo sistema è in grado di armonizzare le esperienze col senso comune. Questa capacità è necessaria in particolare perché non esistono due casi che siano uguali. Ogni caso è diverso e impone all'intuito artistico un impegno diverso, sforzi sempre nuovi. Ora, quando mi accingo a far valere i diritti della Psicologia Individuale quale concezione del mondo (*Weltanschauung*), quando mi accingo a propugnarla, ricorrendo ad essa per spiegare qual è il senso della vita umana, mi devo liberare di tutte le concezioni morali e religiose che diversificano il vizio dalla virtù, anche se sono convinto, e non solo da oggi, che entrambe queste direzioni, come pure i movimenti politici, hanno sempre cercato di valorizzare il senso della vita e si sono sviluppate sotto la spinta del sentimento sociale quale verità assoluta. Rispetto ad esse il punto di vista della Psicologia Individuale, risultato delle conoscenze scientifiche acquisite, ci ha indotti, però, a sviluppare maggiormente la nozione di sentimento sociale. Il nostro punto di vista è cioè il seguente: riteniamo giusta ogni corrente il cui indirizzo fornisce la prova inconfutabile che essa si propone il bene dell'umanità; riteniamo erronea ogni corrente che contrasta con questo criterio o si ispira all'espressione di Caino: «Perché mai dovrei amare il mio prossimo?».

Quanto finora constatato e accettato prova che tutto ciò che troviamo quando veniamo al mondo si identifica con le realizzazioni indirizzate verso quel progresso al quale hanno contribuito i nostri progenitori. Già questa constatazione illumina la via che la vita ha percorso e continua a percorrere, già questo ci fa capire che ci stiamo avvicinando a uno stato di maggiori collaborazioni, caratterizzato da una maggiore capacità di

cooperazione, dove ogni individuo è una parte del tutto più di quanto non lo sia stato in un passato in cui tutte le forme del nostro comune movimento sono pre-tentativi, che giungono a buon fine unicamente se mirano a realizzare la società ideale. Il fatto che quest'opera, pur evidenziando sotto molti aspetti l'enorme forza dell'uomo, risulta talvolta imperfetta o addirittura sbagliata, dimostra solo che la «verità assoluta» è inaccessibile alle capacità umane, anche se l'uomo è in grado spesso di avvicinarsi a questo traguardo. Come dimostra un gran numero di prestazioni collettive, che sono valide per qualche tempo anche se poi si rivelano dannose, l'uomo può avvicinarsi a questa meta. La stella polare del bene comune ci permette di vedere che siamo inchiodati alla croce di queste finzioni dannose, che siamo prigionieri degli schemi di queste finzioni, e ci consente di trovare una strada migliore senza dover stravolgere il nostro cammino.

Il bene comune, l'elevazione dell'umanità si basano sulle realizzazioni dei nostri progenitori. Il loro spirito resta vivo in eterno. È immortale, come altri vivono in eterno nei loro figli. A entrambi dobbiamo la sopravvivenza del genere umano. Perciò la sua conoscenza è superflua, contano i fatti. Anche se spesso brancoliamo nel buio, il problema della retta via mi sembra risolto. Non abbiamo la pretesa di giudicare, però una cosa la possiamo dire: un movimento del singolo e un movimento della massa possono essere considerati importanti solo se creano valori duraturi, eterni, che consentono il miglioramento dell'intera umanità. Solo una persona ottusa può invalidare questa tesi. Ovviamente non si tratta del possesso della verità, ma dell'aspirazione a raggiungerla.

La cosa diventa più drammatica quando ci chiediamo: che fine hanno fatto gli uomini che non hanno contribuito al bene comune? La risposta è: sono scomparsi, di loro non è rimasto nulla, sono morti fisicamente e psichicamente, li ha inghiottiti la terra. È successo loro ciò che succede alle specie animali che si sono estinte perché non sono riuscite a trovare l'armonia coi fenomeni cosmici. È come se il cosmo, obbedendo a una legge misteriosa, ordinasse: andatevene, sparite! Non avete il diritto di esistere perché non

avete capito qual è il senso della vita. Voi non vedrete il futuro.

È senza dubbio una legge crudele, che trova riscontro solo nelle divinità crudeli dei popoli antichi e nel concetto di tabù che minaccia l'annientamento di tutti coloro che hanno agito contro la comunità. Così acquista maggiore consistenza il contributo degli altri, degli uomini che hanno operato a favore del bene collettivo. Tuttavia non siamo sprovveduti al punto di credere di possedere la chiave del mistero, di credere di sapere esattamente e sempre cosa è destinato a durare in eterno e cosa non lo è. Sappiamo bene che possiamo sbagliare, sappiamo che solo una ricerca molto precisa e molto obiettiva può decidere spesso anche il corso degli eventi. Forse è un passo importante già il fatto che possiamo evitare di recare danno alla comunità.

Oggi il nostro senso sociale va molto più in là. Anche se non ce ne rendiamo sempre conto, nell'educazione, nel comportamento individuale e collettivo, nella scienza e nella politica, stiamo cercando – per vie diverse, spesso sbagliate – di essere in armonia col futuro benessere dell'umanità. Ovviamente è più vicino alla concezione della futura armonia chi possiede un sentimento sociale ben sviluppato. E il principio sociale in qualche misura si è fatto strada per aiutare chi sbaglia, non per distruggerlo.

Se consideriamo la nostra vita attuale, l'attuale livello della nostra cultura, constatiamo che già il bambino stabilisce la misura del proprio sentimento sociale che, in mancanza di un successivo intervento correttivo, rimane qual è per tutta la vita. Dobbiamo allora prestare attenzione a situazioni e circostanze comuni che possono avere effetti devastanti sullo sviluppo sociale del bambino. Per esempio gesta belliche e la glorificazione della guerra nella scuola. Il bambino, ancora impreparato e dotato di scarso sentimento sociale, si orienta automaticamente verso un mondo nel quale è lecito obbligare gli uomini a combattere contro macchine e gas venefici, costringerli a considerare eroico ammazzare il maggior numero di uomini possibile, che potrebbero essere importanti per il futuro dell'umanità. Influenza negativamente il bambino anche il concetto di pena di morte, benché l'effetto da esso prodotto sia attenuato dalla considerazione che la pena capitale viene

comminata solo in caso di reati gravissimi. Il brutale impatto col problema della morte può far perdere del tutto il già scarso sentimento sociale a quei bambini già poco portati alla cooperazione. Ma vengono traumatizzate anche le ragazze che, vivendo in ambienti distratti e sventurati, sperimentano già in tenera età gli aspetti peggiori dell'amore e della procreazione. Oltre all'educazione viziante o al suo contrario, compromettono gravemente lo sviluppo del sentimento sociale, anzi ne decretano precocemente la fine, i problemi economici non risolti, fenomeni e situazioni quali il suicidio, il crimine, il maltrattamento dei minorati, degli anziani, dei bambini, degli accattoni, i pregiudizi, le ingiustizie nei confronti dei dipendenti, di razze e comunità religiose, i litigi fra coniugi, la scarsa considerazione per la donna, l'ostentazione di ricchezze e di superiorità di ceto. Oggi, oltre ad insegnare al bambino a cooperare, è bene e necessario spiegargli anche che il livello dell'attuale sentimento sociale è ancora troppo basso e che una persona corretta deve aspirare al bene comune, deve considerare come proprio compito cooperare al miglioramento della spinosa questione sociale e non aspettarsi che siano altri a risolvere il problema. I tentativi, anche se intrapresi con le migliori intenzioni, di migliorare la situazione generale mediante la guerra, la pena di morte o l'odio di razza o di religione, provocano sempre nelle generazioni successive una forte diminuzione del senso sociale e quindi un sostanziale peggioramento dei mali sopra indicati, e molto spesso una scarsa considerazione per il significato della vita, per i sentimenti di amicizia e per i rapporti d'amore decreta, insomma, la morte del sentimento sociale.

In precedenza ho cercato di far capire scientificamente al lettore che l'individuo progredisce solo se aspira al successo, visto come un prodotto della totalità. Di fronte a questa concezione le piatte obiezioni dei sistemi individualistici perdono ogni significato. Potrei dire molte altre cose e dimostrare come tutte le nostre funzioni abbiano la caratteristica di non turbare la comunione fra gli uomini, ma di collegare il singolo con la comunità. Vedere significa ricevere e utilizzare l'immagine che

colpisce la retina. Non si tratta unicamente di un processo fisiologico. Questo processo rivela che l'uomo è una parte del tutto, che riceve e dà. Vedendo, udendo, parlando l'uomo si rapporta con altri uomini, e vede, ode, parla in modo corretto solo se vuol comunicare col mondo esterno, con gli altri uomini. La sua ragione, il suo senso comune, è soggetto al controllo degli altri, della verità assoluta, e mira alla vera convenienza, alla convenienza eternamente valida. Il nostro senso estetico, le nostre concezioni estetiche, le più ricche probabilmente di forza propulsiva, della forza che spinge all'azione, hanno validità eterna solo se nel flusso della evoluzione mirano al bene della umanità. Ma tutte le nostre funzioni, fisiche e psichiche, si sviluppano in modo corretto, sano o normale, solo e unicamente se non escludono la cooperazione.

Parliamo di virtù e pensiamo a chi coopera; parliamo di vizio e pensiamo a chi non coopera. È fuori di dubbio che ogni insuccesso – del bambino difficile, del nevrotico, del criminale, del suicida – è tale perché ha turbato l'ordine delle cose, perché si è opposto allo sviluppo della società. In tutti i casi si riscontra un'indubbia incapacità di cooperare, di contribuire al bene comune. La storia dell'umanità non è la storia di individui isolati. Lo sviluppo dell'umanità è stato possibile solo perché l'umanità era ed è una comunità che aspira da sempre a migliorare, a diventare ideale. Nel fluire della evoluzione, che è caratterizzata dall'ideale comunitario, tale ideale impronta di sé tutti i movimenti, tutte le funzioni dell'individuo (abbia o non abbia trovato la retta via), perché l'uomo è inesorabilmente guidato, ostacolato, punito, premiato, stimolato dall'ideale comunitario. Pertanto l'individuo deve non solo rispondere di ogni deviazione, ma anche pagarne lo scotto. È una legge dura, anzi crudele. Chi ha già sviluppato un forte sentimento sociale è disposto senza esitare a mitigare la durezza della situazione di chi ha imboccato la strada sbagliata, come se sapesse che quell'uomo ha sbagliato per motivi che solo la Psicologia Individuale è capace di individuare. Se capisse che disattendendo quest'aspetto dell'evoluzione ha preso una strada sbagliata, la abbandonerebbe e imboccherebbe la via della socializzazione.

Come ho dimostrato, può essere coraggioso e felice e può risolvere tutti i problemi esistenziali solo chi è capace di cooperare, solo chi possiede sufficiente sentimento sociale.

Tutti i tratti del carattere evidenziano il grado di sentimento sociale di un uomo e corrispondono alla linea che a suo avviso porta alla meta di superiorità; sono direttive che fanno parte dello stile di vita, che lo stile di vita ha formato e manifesta incessantemente. Il nostro linguaggio è troppo povero per permetterci di esprimere con una sola parola i sottili effetti della vita psichica, come facciamo quando descriviamo i tratti del carattere, trascurandone la molteplicità e quindi nascondendola. Ecco perché trapelano contraddizioni per chi si aggrappa alle parole, ecco perché a chi si aggrappa alle parole l'unità della vita psichica non si evidenzia mai con tutta chiarezza.

Forse per qualcuno sarà convincente più di ogni altra considerazione il semplice fatto che tutto ciò che definiamo insuccesso evidenzia la mancanza di sentimento sociale. Tutti i tratti negativi del carattere, tutti gli errori che si commettono nell'infanzia e più tardi, in famiglia, a scuola, nella vita, nei rapporti col prossimo, nel lavoro e nell'amore, sono imputabili alla mancanza, transitoria o permanente, di sentimento sociale, nelle sue mille varianti.

Un'attenta osservazione della vita individuale e collettiva, del passato e del presente, rileva la lotta che l'uomo ha sempre combattuto per acquisire e imporre sentimento sociale. L'umanità conosce questo problema e ne è compenetrata; questo è innegabile. Anche oggi è il sentimento sociale che vive sempre in noi e cerca di imporsi, che ci penalizza fortemente la mancanza di una cultura sociale, di un'educazione alla socializzazione. Oggi ci spinge a liberarci dagli errori della nostra vita pubblica e dalle deficienze della nostra personalità, ma esso è soffocato e non sembra avere la forza necessaria per vincere le resistenze che gli si oppongono. Ciaspettiamo, a buon diritto, che in un lontano domani esso abbia questa forza. Quel giorno l'uomo respirerà sentimento sociale come oggi respira l'aria che lo circonda. Fino a quel giorno non ci resta che capire e far capire agli altri che gli eventi possono seguire

soltanto questo corso ⁴.

¹J. SMUTS, Chr., *Woleness and evolution*, London.

²Più che a ALFRED ADLER (1902), *Des Eindringen soziales Triebkräfte in der Medizin*, *Aerztl. Standesezeitung*, 1: 1-3, riteniamo che l'autore si riferisca qui allo studio che apparve successivamente alla data citata nel lavoro: alfred adler (1907), *Studie über Minderwertigkeit von Organen* (l.c.).

³V. ALFRED ADLER, ERNEST JAHN (1933), *Religion und Individualpsychologie* (l.c.).

⁴Anche noi, come già aveva fatto il professor Parenti in una precedente edizione, facciamo terminare quest'opera con le metafisiche ed ottimistiche parole di Adler secondo cui splende il sole sull'avvenire dell'umanità. Dobbiamo oscurarlo con qualche nuvola temporalesca: il sentimento sociale, sempre naturalmente presente nell'uomo, a volte non vede la luce e viene abortito perché, come ogni altra pulsione, è soggetto a censure, repressioni e rimozioni di entità pari, se non superiore, a quelle rilevate – o immaginate – agire sulla libido. Sta all'analista rimuovere questi fattori inibenti servendosi della scienza che, senza entrare nel merito delle mete perseguite, studia i processi dinamici che ad esse conducono. Le appendici con cui Adler concludeva *Der Sinn des Lebens* sono state accorpate a *La tecnica della Psicologia Individuale e a Psicologia del bambino difficile* (n.d.c.).

Indice

Presentazione di Egidio Ernesto Marasco

Introduzione di Pier Luigi Pagani

Profilo biografico e principali opere di Alfred Adler

IL SENSO DELLA VITA

Prefazione

- 1. L'opinione su se stessi e sul mondo*
- 2. Mezzi psicologici e metodi di indagine per lo studio dello stile di vita*
- 3. I compiti della vita*
- 4. Il problema corpo-anima*
- 5. Il corpo, plasmato dal movimento, rivela il carattere*
- 6. Il complesso di inferiorità*
- 7. Il complesso di superiorità*
- 8. Tipologia degli insuccessi*
- 9. Il mondo fittizio del soggetto viziato*

10. *Che cos'è in realtà una nevrosi?*

11. *Le perversioni sessuali*

12. *I primi ricordi d'infanzia*

13. *Come porre rimedio alle situazioni infantili che ostacolano l'aggregazione sociale*

14. *Rêveries e sogni*

15. *Il senso della vita*